

**Hubungan Dukungan Teman Sebaya dan Stres Akademik pada Siswa SMA**

*Boarding School*

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Program Studi Psikologi  
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia  
untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh  
Derajat Sarjana S1 Psikologi



**Oleh:**

**Miftahul Hidayah**

**13320249**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA  
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA  
YOGYAKARTA  
2018**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul:

**Hubungan Dukungan Teman Sebaya dan Stres Akademik pada Siswa SMA  
Boarding School**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat sarjana S-1 Psikologi



Mengesahkan,

Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya

Universitas Islam Indonesia

Ketua Program Studi



Yulianti Dwi Astuti, S.Psi., M.Soc.Sc

Dewan Penguji

1. Fitri Ayu Kusumaningrum, S.Psi., MA
2. Hazhira Qudsy, S.Psi., MA
3. Nur Widiasmara, S.Psi., M.Psi., Psi

Tanda Tangan

## PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Miftahul Hidayah  
No. Mahasiswa : 13320249  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Teman Sebaya dan Stres

Akademik pada Siswa SMA *Boarding School*

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa :

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindakan pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Islam Indonesia. Karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai peneliti, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.
3. Apabila dikemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Islam Indonesia.

Yogyakarta, 13 Agustus 2018

Yang menyatakan



Miftahul Hidayah

## HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillahirabbil'alamin. Segala puji bagi Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Shalawat serta salam kepada junjungan Nabi besar, Nabi Muhammad S.A.W.

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

**Hj. Sunarti, S.Pd**

Ibunda tercinta, madrasah pertama sekaligus perempuan paling kuat yang pernah saya kenal. Terimakasih untuk segala kasih sayang dan doa yang tak pernah putus dipanjatkan.

**H. Agus Mujiono, S.Pd**

Ayahanda tersayang, sosok lelaki luar biasa yang selalu menjadi tempat bersandar pertamaku. Terimakasih untuk segala dukungan yang telah diberikan, baik moril maupun materil.

**Alkana Yusuf Syaifuddin**

Malaikat kecil yang memberikan banyak keceriaan serta kebahagiaan di “surga” yang kusebut rumah. Terimakasih telah hadir.

## HALAMAN MOTTO

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ  
الصَّابِرِينَ ﴿١٥٣﴾

“Hai orang-orang yang beriman, mintalah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan (mengerjakan) shalat, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.” (Qs. Al-Baqarah: 153)

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya sesudah kesulitan ada kemudahan.” (QS. Al-Insyiroh: 5-6)

“Hanya karena kamu membutuhkan waktu yang lebih lama daripada yang lain, bukan berarti kamu gagal.” –anonim

## PRAKATA

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillahirabbil'alamin. Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah Subhanahu Wa Ta'ala atas rahmat dan hidayah yang telah diberikan kepada penulis. Shalawat beriring salam tak lupa penulis haturkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad Shallallahu 'Alaihi Wasallam, sang revolusioner sejadi yang telah menuntun kita dari zaman kegelapan yang penuh kebodohan menuju zaman yang terang benderang dan penuh dengan ilmu pengetahuan seperti sekarang. Dengan segala usaha, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul *Hubungan Dukungan Teman Sebaya dan Stres Akademik pada Siswa SMA Boarding School* sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana Strata-1 pada Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia.

Adapun dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa apa yang telah dituliskan masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, bimbingan dan sara dari semua pihak sangat penulis harapkan demi penulisan yang lebih baik. Selama proses penulisan skripsi ini, penulis banyak mendapat banyak bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. H. Fuad Nashori, S.Psi., M.Ag. Psi., selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia periode 2018-2022.
2. Yulianti Dwi Astuti, S.Psi., M.Soc.Sc selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia periode 2018-2022.
3. Ibu Rumiani, S.Psi., M.Psi. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan selama menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
4. Ibu Fitri Ayu Kusumaningrum, S.Psi., MA. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang senantiasa meluangkan waktunya untuk membimbing, memberi nasihat, masukan, dan motivasi kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
5. Ibu Hazhira Qudsy, S.Psi., MA. dan Bapak Nur Widiasmara, S.Psi., M.Psi., Psi. selaku dosen penguji.
6. Segenap Dosen Psikologi yang telah membagi ilmu baik secara formal melalui kuliah di dalam kelas, maupun informal melalui forum-forum diskusi di luar kelas.
7. Terimakasih penulis haturkan kepada Ustadz Arif Agung dan Ustadzah Aris dari SMA IT Bina Umat, serta Ustadz Fauzan, Ustadzah Nadia, dan Ustadzah Risti dari Muhammadiyah Boarding School yang melancarkan penulis dalam proses perizinan pengambilan data.
8. Terimakasih teruntuk siswa dan siswi SMA IT Bina Umat dan Muhammadiyah Boarding School yang telah meluangkan waktu untuk

membantu penulis dalam proses pengambilan data. Semoga kebaikan selalu tercurahkan kepada kita semua.

9. Terimakasih untuk keluarga kecil Magang LEM UII 2013-2014: Amik, Akika, Kak Gita, Fachmi, Bang Chandra, Bang Egy, Bang Putra, Erry, Bang Arno, Faila, Yulinda, Nida, Dinar, terimakasih telah menjadi teman berproses pertama yang sangat menyenangkan. Terimakasih juga kepada *Opa* Emil Anshori dan *Papi* Abror sebagai mentor terbaik. *See you on top, guys!*
10. Kepada segenap keluarga besar HMI Komisariat FPSB, terimakasih telah menjadi keluarga pertama di Jogja yang mengajarku banyak hal tentang berorganisasi.
11. Kepada segenap keluarga besar KAHAM UII, tempat aku belajar tentang bagaimana melihat hidup dari sisi yang berbeda.
12. Terimakasih kepada segenap keluarga PSDK HMI Komisariat FPSB UII periode 2015-2016: Adelio, Bang Afwan, Alya, Haidar, dan Ilham, kalian adalah orang-orang pertama yang mengajarku bagaimana menjadi seorang pemimpin yang baik.
13. Terimakasih kepada rekan-rekan inti Klinik Advokasi dan Hak Asasi Manusia Universitas Islam Indonesia (KAHAM UII) periode 2016-2017: Bang Umam, Bang Angge, dan Ifa, kalian adalah teman belajar, teman *ngakak*, teman *bully*. Terimakasih telah berbagi pengalaman, ilmu, serta kebahagiaan.

14. Terimakasih kepada perempuan-perempuan luar biasa dalam PPA KOHATI Cabang Yogyakarta periode 2016-2017: Sarah, Wahida, Opi, dan Rica, serta Kak Lotta selaku ketua. Terimakasih telah banyak mengajarku menjadi sosok mar'atus sholihah.
15. Terimakasih kepada orang-orang luar biasa yang menemaniku berproses dalam Bidang PPU HMI Cabang Yogyakarta periode 2017-2018: Dian, Farhan, Popi, Ovi, Iqbal. Serta seluruh pengurus HMI Cabang Yogyakarta: Pak Imam Ikmal, Ashar, Bang Icing, Fatah, Riko, Kak Reta, Ira. Terimakasih telah setia berjuang bersama dalam satu periode luar biasa. Kalian terbaik!
16. Teruntuk Begeng Ewasa +++: Kak Gita Adriani Gavista, S.Psi., Yulia Rahmiyati, S.Psi., Atika Nurul Hidayah S.Si., dan Fachmi Kurniawan, ST., terimakasih telah menjadi teman bahagia, teman galau, teman gosip, teman nekat, teman karaoke, dan penghibur. Terimakasih telah menjadikanku yang terakhir lulus di antara kalian. Aku sayang kalian!
17. Teruntuk adik rasa kakakku, Adelio. Terimakasih sudah banyak menemani dan menyemangati selama masa perskripsian yang penuh drama ini. Ternyata doa kita didengar Tuhan, *insya Allah* kita wisuda bareng!
18. Teruntuk *housemate*-ku selama setahun, Yulia Rahmiyati, S.Psi, terimakasih pernah sudi berbagi rumah denganku dan menjadi teman berbagi banyak hal.
19. Teruntuk Rizka Dian Pratiwi, S.Psi terimakasih sudah menemani di sebagian besar masa perkuliahanku. Terimakasih pernah selalu ada buatku,

pernah selalu mau diajak nekat dan ansos. Terimakasih untuk semua semangat, motivasi, dan nasihat yang pernah selalu menguatkan.

20. Teruntuk teman jeniusku, Mi'rajul Akbar, S.Psi, terimakasih untuk selalu menyediakan telinga untuk setiap keluh kesahku tentang segala hal mulai dari skripsi dan program kerja, sampai tetek bengek tentang drama percintaan. Semoga kamu segera dipertemukan dengan "bumimu".
21. Teruntuk tiga adik manisku di Jogja: Nia, Bali, dan Aju. Terimakasih sudah menemani kakak bolak-balik sekolah untuk perizinan pengambilan data, menemani kakak begadang, dan selalu mensupport kakak dalam menyelesaikan skripsi ini.
22. Dua adik kesayangan nan jauh di Kalimantan: Kiki dan Hilda, terimakasih atas doa dan semangat yang telah diberikan, yang selalu memotivasi untuk tetap semangat menyelesaikan pendidikan.
23. Teruntuk Ikmal Yasir, SH, terimakasih telah menjadi teman, kakak, sahabat, bahkan musuh untukku. Terimakasih untuk selalu bersedia menjadi *partner* berdiskusi dan berdebat tentang banyak hal. Terimakasih untuk selalu bersedia meladeni banyak drama selama masa perskripsian ini. Terimakasih untuk selalu menemani dan menguatkan di saat aku menemui banyak jalan buntu dalam penulisan skripsi ini. Terimakasih untuk selalu menganggap bahwa aku mampu untuk menyelesaikan segala persoalan yang kuhadapi, termasuk skripsi ini. *Yeah, i did it, K!*
24. Terimakasih tak terhingga untuk Bapak Agus Mujiono dan Ibu Sunarti yang senantiasa sabar dan selalu memberikan dukungan baik secara moril

dan materil selama menempuh jenjang pendidikan S1 Psikologi, serta nenek yang selalu membela dalam segala kondisi. Gelar ini untuk kalian.

25. Teruntuk semua orang dan pihak yang telah membantu selama masa perkuliahan dan penyelesaian skripsi ini yang tidak bisa kusebutkan satu persatu, terimakasih!

Penulis menyadari skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Meskipun demikian, skripsi ini tetap merupakan usaha penulis untuk mencapai kebenaran. Semoga skripsi ini memiliki nilai manfaat.

***Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh***

Yogyakarta, 13 Agustus 2018

Miftahul Hidayah

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK</b> .....	iii
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	iv
<b>HALAMAN MOTTO</b> .....	v
<b>PRAKATA</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xvi
<b>INTISARI</b> .....	xvii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A.Latar Belakang Masalah .....	1
B.Tujuan Penelitian .....	7
C. Manfaat Penelitian .....	7
D. Keaslian Penelitian .....	8
1. Keaslian Topik.....	10
2. Keaslian Teori.....	11
3. Keaslian Alat Ukur .....	11
4. Keaslian Subjek Penelitian .....	12

<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	13
A. Stres Akademik .....	13
1. Definisi Stres Akademik.....	13
2. Dimensi/Aspek Stres Akademik.....	13
3. Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik .....	15
B. Dukungan Teman Sebaya .....	18
1. Definisi Dukungan Teman Sebaya .....	18
2. Aspek Dukungan Teman Sebaya.....	20
C. Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya dan Stres Akademik .....	22
D. Hipotesis .....	26
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	27
A. Identifikasi Variabel Penelitian .....	27
B. Definisi Operasional .....	27
1. Stres Akademik.....	27
2. Dukungan Teman Sebaya .....	27
C. Subjek Penelitian .....	28
D. Metode Pengumpulan Data.....	28
1. Skala Stres Akademik.....	28
2. Skala Dukungan Teman Sebaya .....	29
E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur` .....	30

1. Validitas .....	30
2. Reliabilitas .....	31
F. Metode Analisis Data.....	31
<b>BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>33</b>
A. Orientasi Kacah dan Persiapan .....	33
1. Orientasi Kacah.....	33
2. Persiapan Penelitian.....	34
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian .....	38
C. Hasil Penelitian .....	39
1. Deskripsi Subjek Penelitian .....	39
2. Deskripsi Data Penelitian.....	39
3. Uji Asumsi .....	41
4. Uji Hipotesis .....	43
5. Analisis Tambahan .....	44
D. Pembahasan .....	45
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>49</b>
A. Kesimpulan .....	49
B. Saran .....	49
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>51</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>55</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1	Distribusi Aitem Skala Stres Akademik Sebelum Uji Coba..... 28
Table 2	Distribusi Aitem Skala Dukungan Teman Sebaya Sebelum Uji Coba..... 29
Tabel 3	Distribusi Butir Skala Stres Akademik Setelah Uji Coba..... 36
Tabel 4	Distribusi Butir Aitem Skala Dukungan Teman Sebaya Sesudah Uji Coba..... 37
Tabel 5	Deskripsi Subjek Penelitian ..... 38
Tabel 6	Deskripsi Data Penelitian..... 39
Tabel 7	Rumus Norma Kategorisasi Berdasar Model Distribusi Normal..... 39
Tabel 8	Kategorisasi Skor Skala Stres Akademik..... 40
Tabel 9	Kategorisasi Skor Skala Dukungan Teman Sebaya..... 40
Tabel 10	Hasil Uji Normalitas..... 41
Tabel 11	Hasil Uji Linieritas..... 42
Tabel 12	Hasil Uji Hipotesis..... 43
Tabel 13	Uji Korelasi Antara Aspek Dukungan Teman Sebya dengan Variabel Stres Akademik..... 43
Tabel 14	Uji Korelasi Antara Dukungan Teman Sebaya dan Stres Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin..... 44

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Skala Uji Coba .....	56
Lampiran 2. Tabulasi Data Uji Coba .....	66
Lampiran 3. Analisis Reliabilitas Uji Coba .....	71
Lampiran 4. Skala Penelitian .....	74
Lampiran 5. Tabulasi Data Penelitian .....	83
Lampiran 6. Deskripsi Statistik .....	90
Lampiran 7. Hipotetik .....	92
Lampiran 8. Uji Asumsi .....	98
Lampiran 9. Uji Hipotesis .....	100
Lampiran 10. Analisis Tambahan .....	102
Lampiran 11. Surat Izin Penelitian .....	105
Lampiran 12. Surat Keterangan Selesai Penelitian .....	108

# **Hubungan antara Dukungan Teman Sebaya dan Stres Akademik pada Siswa SMA *Boarding School***

Miftahul Hidayah  
Fitri Ayu Kusumaningrum

## **INTISARI**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan teman sebaya dan stres akademik pada siswa SMA *Boarding School*. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara dukungan teman sebaya dengan stres akademik pada siswa SMA *Boarding School*. Untuk menguji hipotesis penelitian, peneliti melakukan pengambilan data dengan menggunakan skala dukungan teman sebaya dari Thompson dan Mazer (2009), yaitu *Student Academic Support Scale* (SASS) dan skala stres akademik dari Sun, Dunne, Hou, & Xu (2011), yaitu *Educational Stress Scale for Adolescent* (ESSA). Kedua skala tersebut diberikan pada 100 siswa SMA *Boarding School*. Hasil penelitian ini menunjukkan koefisien korelasi  $r=-0,38$  dengan signifikansi  $p = 0,000$  untuk dukungan teman sebaya dan stres akademik, sehingga hipotesis dinyatakan diterima.

Kata Kunci: Dukungan teman sebaya, siswa SMA *Boarding School*, stres akademik



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A.Latar Belakang Masalah**

Stres merupakan masalah umum yang terjadi dalam kehidupan manusia. Kupriyanov dan Zhdanov (2014) menyatakan bahwa stres yang ada saat ini adalah sebuah atribut kehidupan modern. Hal tersebut dikarenakan stres sudah menjadi bagian hidup yang tidak bisa terelakkan dan dapat terjadi dimana saja, seperti di lingkungan keluarga, kerja, bahkan sekolah, stres bisa dialami oleh seseorang.

Stres dapat dialami siapa saja, tidak terkecuali pada siswa SMA. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ifdil dan Ardi (2013) menyatakan bahwa terdapat 13,2% siswa SMA Negeri Kota Padang yang tergolong dalam kategori tingkat stres akademik tinggi. Sementara itu pada penelitian yang dilakukan oleh Fathonah, Hernawaty, dan Fitria (2017) menyatakan bahwa terdapat 5,1% siswa SMA Asrama di salah satu SMA di Jawa Barat yang mengalami stres berat, bahkan 1,4% mengalami stres sangat berat.

Stres yang dialami siswa banyak diakibatkan oleh masalah akademik. Hal tersebut seperti yang dikemukakan Elias, Ping, dan Abdullah (2011) bahwa sebagian besar sumber stres pada remaja berasal dari masalah akademik. Shahmohammadi (2011) juga menyimpulkan bahwa penyebab stres di kalangan peserta didik adalah karena takut tidak mendapatkan tempat di perguruan tinggi, ujian sekolah, terlalu banyak materi ajar yang dipelajari, sulit memahami pokok bahasan yang telah dipelajari, terlalu banyak pekerjaan rumah, dan jadwal sekolah

yang terlalu padat. Stres yang dialami siswa dan disebabkan oleh masalah akademik disebut stres akademik.

Stres akademik adalah stres yang berhubungan dengan kegiatan pendidikan yang terjadi dalam masa pendidikan yang disebabkan oleh tuntutan yang timbul saat seseorang dalam masa pendidikan (Weidner, Kohlmann, Dotzauer, & Burns, 1996). Sementara itu, menurut Gupta, Renu, Subhash, dan Seema (2011) stres akademik merupakan ketegangan emosional siswa yang dinyatakan atau dirasakan karena kegagalannya dalam menghadapi tuntutan akademik.

Stres akademik dapat disebabkan oleh banyak hal. Olejnik dan Holschuh (2007) menjelaskan bahwa sumber stres akademik atau stresor akademik salah satunya adalah standar akademik yang tinggi. Selain itu, stres akademik juga dapat disebabkan oleh kegiatan atau beban akademik, masalah keuangan, kurangnya kemampuan mengelola waktu, harapan terhadap pencapaian akademik, perubahan gaya hidup dan perkembangan konsep diri (Misra, McKean, West, & Russo, 2000).

Pada siswa *boarding school*, stres akademik juga rentan terjadi karena berbagai faktor. Menurut Maslihah (2011) penerapan kurikulum yang berbeda dengan sekolah pada umumnya membuat beban akademik yang dirasakan siswa menjadi lebih tinggi, sehingga dapat menyebabkan stres. Sementara itu, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wahab, Rahman, Hasan, Zamani, Arbaei, dan Nawi (2013) stressor tertinggi adalah stressor yang berhubungan

dengan akademik. Selain itu, menurut Zaid, Saam, dan Raja (2016) pada siswa yang tinggal di asrama (*boarding school*) stres dapat terjadi karena kerentanan siswa dengan masalah yang muncul akibat kurang siapnya siswa dalam kemandirian dan juga akibat ketidaksiapan siswa dalam menyelesaikan masalah-masalah.

Stres akademik pada peserta didik dialami pada jenjang sekolah menengah atas karena semakin tinggi jenjang sekolah maka semakin banyak tuntutan-tuntutan yang harus ditanggung. Menurut Santrock (2007) stres akademik lebih mudah terjadi pada siswa SMA karena siswa menghadapi ekspektasi-ekspektasi akademik yang lebih tinggi. Baldwin (dalam Ifdil dan Ardi, 2013) dalam menghadapi beban pelajaran yang dirasa cukup berat di sekolah akan menimbulkan stres pada remaja, terutama bagi remaja pada jenjang pendidikan SMA. Hal tersebut mengingat pada masa ini remaja pada umumnya seringkali menemui masalah, mengalami tekanan dari pihak sekolah, teman sebaya, dan juga dari orang tua untuk memperoleh nilai yang tinggi agar dapat melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi favorit.

SMA X merupakan salah satu sekolah unggul di kota Yogyakarta yang menerapkan sistem *boarding school* dengan tuntutan-tuntutan akademik yang terus berkembang terhadap siswanya. Terdapat enam hari belajar, dimana setiap harinya dimulai pukul 07.00 WIB dan berakhir pada 14.00 WIB. Kemudian dilanjutkan ekstrakurikuler untuk pengembangan diri sampai pukul 17.00 WIB. Pada malam hari siswa harus mengikuti kegiatan keagamaan di asrama sampai pukul

20.00 WIB. Barulah setelah itu siswa diberikan waktu bebas untuk istirahat atau mengerjakan tugas dari sekolah.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti menemukan beberapa masalah pada siswa SMA X terkait dengan indikasi adanya stres akademik. Fenomena tersebut ditemukan ketika peneliti melakukan wawancara terhadap 2 siswa SMA X pada tanggal 4 Oktober 2017 sekitar pukul 15.30 – 16.30 WIB. Salah satunya adalah A, dimana A mengaku kesulitan untuk beradaptasi dengan lingkungan sekolah barunya. A yang merupakan pendatang dari luar kota merasa kesulitan dengan adanya beberapa mata pelajaran yang belum pernah ia pelajari sebelumnya, salah satunya adalah mata pelajaran Bahasa Jawa. A merasa cemas dengan nilai mata pelajaran tersebut karena merasa tertinggal dari teman-teman sekelasnya yang lain. Hal tersebut karena pada saat ujian tengah semester, A mendapat nilai di bawah standar untuk mata pelajaran Bahasa Jawa. Selain itu, beban mata pelajaran yang bertambah ditambah dengan kegiatan sekolah yang semakin banyak kadang membuat A merasa tidak nyaman berada di sekolah, bahkan pernah memunculkan indikasi stres seperti merasa cemas, berkeringat dingin, ingin menangis, sulit konsentrasi, bahkan malas pergi ke sekolah. A juga mengaku sering kelelahan karena kegiatan yang padat. Hal tersebut karena A merupakan salah satu murid yang tinggal di asrama sekolah. Setelah kegiatan belajar mengajar di sekolah, A harus mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah sampai sore. Pada malam hari A mengikuti kegiatan yang diadakan oleh asrama. Setelah mengikuti kegiatan asrama, A masih harus mengerjakan PR dari sekolah.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat dilihat bahwa A memenuhi beberapa aspek stres akademik yang dikemukakan oleh Sun, Dunne, Hou, dan Xu (2011), yaitu *pressure from study*, *workload*, *worry about grades*, *self expectation*, dan *despondency*. Pada aspek *pressure from study* indikator perilaku yang ditunjukkan oleh subjek adalah cemas, berkeringat dingin, ingin menangis, sulit konsentrasi, bahkan malas pergi ke sekolah. Pada aspek *workload* indikator perilaku yang ditunjukkan subjek adalah sering kelelahan karena kegiatan yang padat. Pada aspek *worry about grades* indikator perilaku yang ditunjukkan adalah merasa cemas dengan salah satu nilai mata pelajaran. Pada aspek *despondency* indikator perilaku yang ditunjukkan adalah subjek mengaku merasa kesulitan beradaptasi dengan lingkungan sekolah barunya.

Masalah stres akademik perlu mendapat perhatian khusus karena dapat berdampak pada masalah fisik, psikologis, dan perilaku peserta didik ke depannya. Secara fisik, Agolla dan Ongori (2009) menjelaskan bahwa ketika siswa merasakan stres, maka gejala fisik yang timbul adalah kram di leher atau bahu, sakit kepala, dan kesulitan dalam bernafas. Secara psikis, siswa yang mengalami stres akademik mengakibatkan siswa merasa depresi (Jayanthi Thirunavukarasu, & Rajkumar, 2015). Sementara itu secara perilaku, stres akademik dapat menyebabkan siswa berperilaku merokok (Komalasari & Helmi, 2000).

Selain itu, ketidakmampuan siswa dalam mengelola stres juga dapat menyebabkan siswa melakukan tindakan yang di luar nalar, yaitu bunuh diri. Menurut Ang & Huan (2006) stres akademik merupakan penyumbang signifikan

terhadap berbagai gangguan mental dan perilaku, seperti depresi, kecemasan, dan perilaku bunuh diri. Contoh kasus, seorang siswi *shock* dan bunuh diri karena tidak lulus UN (Kompasiana, 2011), ada juga kasus dimana seorang siswi bunuh diri loncat dari lantai 4 sebuah plaza karena tidak naik kelas (Global Medan, 2010). Bahkan menurut WHO, pada 2005 tercatat 50.000 penduduk Indonesia bunuh diri setiap tahunnya, dimana kasus tertinggi terjadi pada rentang usia remaja hingga SMA, yaitu 15-24 tahun (Kompasiana, 2011).

Respon individu dalam menghadapi sumber stres tidak terlepas dari pengaruh lingkungan sekitar, dimana dukungan sosial dapat menjadi faktor protektif siswa dalam menghadapi permasalahan akademik sehingga tidak menyebabkan stres akademik. Menurut Smet (2006) dukungan yang diberikan kepada peserta didik dapat membantu mengatasi perasaan cemas dan rasa takut yang dialami peserta didik. Hal tersebut senada dengan yang diungkapkan Lieberman (1997) bahwa secara teoritis adanya dukungan sosial dapat menurunkan kecenderungan munculnya kejadian yang dapat mengakibatkan stres. Hal ini membuat peneliti tertarik untuk meneliti tentang dukungan sosial.

Salah satu dukungan sosial yang penting untuk siswa adalah dukungan sosial dari kelompok teman sebaya. Menurut Mappiare (1990) kelompok teman sebaya merupakan lingkungan sosial pertama dimana siswa belajar untuk hidup bersama orang lain yang bukan anggota keluarganya. Penelitian yang dilakukan oleh Puspitasari, Abidin, dan Sawitri (2010) menyatakan bahwa dukungan teman sebaya memiliki korelasi negatif dengan kecemasan pada siswa. Artinya, semakin tinggi dukungan teman sebaya yang diperoleh maka tingkat kecemasan semakin

rendah. Kecemasan merupakan salah satu indikator stres (Agolla & Ongori, 2009).

Dukungan teman sebaya memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan stres akademik. Hal tersebut dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wilks (2008) yang menyatakan bahwa dukungan teman sebaya memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan stres akademik. Hal yang sama juga dinyatakan oleh penelitian yang dilakukan oleh Wilks dan Spivey (2010).

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti tertarik meneliti apakah ada hubungan antara dukungan teman sebaya dengan stres akademik pada siswa SMA *Boarding School*.

### **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji secara empirik hubungan antara dukungan teman sebaya dan stres akademik pada siswa SMA *Boarding School*.

### **C. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah keilmuan di bidang psikologi, sebagai referensi dan bahan pustaka yang berkaitan dengan topik dukungan teman sebaya dan stres akademik pada siswa SMA *Boarding School*.

## 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi dan masukan mengenai topik penelitian yaitu hubungan dukungan teman sebaya dan stres akademik pada siswa SMA *Boarding School*. Penelitian ini juga dapat menjadi acuan bagi para peneliti selanjutnya.

### **D. Keaslian Penelitian**

Keaslian penelitian ini dapat dilihat dari perbandingan dengan beberapa penelitian yang akan peneliti paparkan. Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Wilks (2008) dengan judul “*Resilience and Academic Stress: The Moderating Impact of Social Support among Social Work Students*” yang bertujuan untuk memeriksa hubungan antara stres akademik dan resiliensi yang dirasakan diantara mahasiswa pekerja sosial, dan untuk mengidentifikasi dukungan sosial sebagai faktor protektif dalam hubungan tersebut. Teori yang digunakan adalah teori dari Kohn dan Frazer untuk stres akademik dan Procidano untuk dukungan sosial. Alat ukur yang digunakan adalah *Academic Stress Sace (ASS)* dan *Perceived Social Support Scale*. Penelitian ini melibatkan 314 mahasiswa pekerja sosial. Hasil dari penelitian ini adalah akademik stres memiliki hubungan yang negatif dengan dukungan sosial dan resiliensi.

Penelitian kedua yaitu penelitian yang dilakukan oleh Scott E. Wilks dan Christina A. Spivey pada tahun 2010 dengan judul “*Resilience in Undergraduate Social Work Students: Social Support and Adjustment to Academic Stress*” yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara stres akademik dan resiliensi dan untuk mengetahui fungsi dukungan sosial sebagai faktor protektif antara

hubungan tersebut. Teori yang digunakan adalah teori dari Kohn dan Frazer untuk stres akademik dan Procidano untuk dukungan sosial. Alat ukur yang digunakan adalah *Academic Stress Sace* (ASS) dan *Perceived Social Support Scale*. Penelitian ini melibatkan 314 mahasiswa pekerja sosial. Hasil dari penelitian ini adalah akademik stres memiliki hubungan yang negatif dengan dukungan sosial dan resiliensi.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Glozah (2013) dengan judul “*Effect of Academic Stress and Perceived Social Support on the Psychological Wellbeing of Adolescents in Ghana*” yang bertujuan untuk menguji bagaimana stres akaemik dan dukungan sosial mempengaruhi kesejahteraan psikologis siswa SMA di Ghana. Teori yang digunakan adalah teori Gadzela untuk stres akademik dan Procidano untuk dukungan sosail. Alat ukur yang digunakan adalah *Student Life Stress Inventory* dan *Perceived Social Support Scale*. Penelitian ini melibatkan 22 siswa SMA di Ghana. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa penerimaan dukungan sosial dapat menahan efek dari stres akademik.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Gonzalez, Hernandez, dan Torres (2015) dengan judul “*Relationship Between Academic Stress, Social Support, Optimism-Pessimism, and Self-Esteem in College Students*” yang bertujuan untuk menganalisis bagaimana optimisme, harga diri, dan dukungan sosial membantu untuk memprediksi stres akademik. Teori yang digunakan adalah teori dari Lazarus dan Folkaman, serta Kohn, Frazer, Misra, dan McKean. Alat ukur yang digunakan adalah *Manifestations Scale of Student Stress Inventory*. Penelitian ini melibatkan 118 mahasiswa di Universitas Malaga. Penelitian ini menyatakan

bahwa terdapat bukti signifikan bahwa perwujudan perilaku stres diprediksi oleh kepuasan dengan dukungan sosial instrumental dan optimisme.

Penelitian kelima, dilakukan oleh Sari dan Indrawati (2016) dengan judul “Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan X Fakultas Teknik Universitas Diponegoro” yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir jurusan X Fakultas Teknik Universitas Diponegoro. Teori yang digunakan adalah teori Taylor untuk dukungan sosial teman sebaya. Alat ukur yang digunakan dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan teori Taylor. Subjek pada penelitian ini adalah 100 mahasiswa tingkat akhir jurusan X Fakultas Teknik Universitas Diponegoro. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik.

Keaslian penelitian ini dapat dilihat dari empat hal, yakni:

1. Keaslian Topik

Topik yang digunakan pada penelitian ini adalah stres akademik dan dukungan teman sebaya. Pada penelitian Wilks (2008), Wilks dan Spivey (2010), Glozah (2013), dan Gonzalez, dkk. (2015) juga meneliti stres akademik dan dukungan sosial namun tidak spesifik pada dukungan teman sebaya saja. Sedangkan pada penelitian Sari dan Indrawati (2016) hanya meneliti tentang dukungan sosial teman sebaya.

## 2. Keaslian Teori

Penelitian ini menggunakan teori Ang dan Huan (2006) untuk stres akademik dan Thompson dan Mazer (2008) untuk dukungan teman sebaya. Penelitian ini berbeda dengan penelitian Wilks (2008), Wilks dan Spivey (2010), Glozah (2013), Gonzalez, dkk. (2015), serta Sari dan Indrawati (2016) karena tidak menggunakan teori Sun, dkk. serta Thompson dan Mazer.

## 3. Keaslian Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur stres akademik adalah *Educational Stress Scale For Adolescents* yang diadaptasi dari alat ukur Sun, dkk. (2011) berjumlah 16 aitem. Alat ukur pada penelitian ini berbeda dengan yang digunakan Wilks (2008) serta Wilks dan Spivey (2010) yang menggunakan *Academic Stress Scale (ASS)*, Glozah (2013) yang menggunakan *student Life Stress Inventory (SLSI)*, dan Gonzalez, dkk. (2015) yang menggunakan *Stress Manifestation Scale of the Student Stress Inventory (SSI-SM)*.

Sedangkan untuk skala dukungan teman sebaya menggunakan *Student Academic Support Scale (SASS)* yang diadaptasi dari alat ukur Thompson dan Mazer (2009) berjumlah 15 aitem. Skala ini berbeda dengan yang digunakan oleh Sari dan Indrawati (2016) yang menggunakan skala yang disusun sendiri berdasarkan tipe-tipe dukungan sosial teman sebaya dari Taylor (2012)

#### 4. Keaslian Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah siswa SMA *Boarding School*. Hal tersebut berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Wilks (2008), Wilks dan Spivey (2010), Gonzalez, dkk. (2015), serta Sari dan Indrawati (2016) yang menggunakan subjek mahasiswa. Pada penelitian Glozah (2013) subjek yang digunakan adalah siswa SMA, namun bukan *boarding school*

Berdasarkan penelitian di atas, dapat diketahui bahwa penelitian ini memiliki persamaan topik namun subjek yang diteliti serta teori dan alat ukur yang digunakan berbeda.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Stres Akademik**

##### **1. Definisi Stres Akademik**

Terdapat beberapa definisi stres akademik yang dipaparkan oleh para ahli. Menurut Weidner, Kohlman, Dotzauer, dan Burns (1996) stres akademik adalah stres yang berhubungan dengan kegiatan pendidikan yang terjadi dalam masa pendidikan yang disebabkan oleh tuntutan yang timbul saat seseorang dalam masa pendidikan. Sementara itu, Olejnik dan Holschuh (2007) mendefinisikan stres akademik sebagai suatu respon yang muncul karena terlalu banyaknya tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan. Lebih lanjut Wilks (2008) menyatakan bahwa stres akademik hasil dari kombinasi tuntutan akademik pada individu yang dianggap melampaui kemampuan yang dimiliki seorang individu. Ang dan Huan (2006) mendefinisikan stres akademik sebagai persepsi individu mengenai harapan diri dan harapan guru atau orang tua mengenai masalah akademik.

Berdasarkan beberapa definisi di atas, peneliti mengambil kesimpulan bahwa stres akademik adalah suatu respon dari individu yang muncul dari ketidakmampuan individu dalam menangani tuntutan-tuntutan yang diberikan kepadanya dalam masa pendidikan.

##### **2. Dimensi/Aspek Stres Akademik**

Menurut Sun, Dunne, Hou, & Xu (2011) stres akademik memiliki lima indikator, diantaranya:

a. *Pressure from study*

Indikator ini meliputi perasaan tertekan yang diakibatkan oleh beban studi di sekolah.

b. *Workload*

*Workload* merupakan indikator stres akademik yang menganggap terlalu banyak beban tugas.

c. *Worry about grades*

*Worry about grades* merupakan indikator stres akademik dimana peserta didik khawatir terhadap nilai-nilai di sekolah dan menganggap nilai sangat penting

d. *Self-expectation*

*Self-expectation* merupakan indikator stres akademik dimana peserta didik merasa khawatir dan tidak puas ketika tidak dapat memenuhi standar0standar yang ditetapkan oleh dirinya sendiri.

e. *Despondency*

*Despondency* merupakan indikator stres akademik yang meliputi perasaan kurang yakin dan merasa banyak kesulitan yang dialami ketika belajar di sekolah.

Sementara itu, menurut Ang dan Huan (2006) terdapat dua dimensi stres akademik yaitu ekspektasi orangtua/guru dan ekspektasi diri. Pertama, siswa sering mendapat tekanan dari orangtua dan guru untuk mencapai dan mempertahankan prestasi akademik yang baik. Keunggulan akademik sangat ditekankan bagi siswa untuk berjuang mencapai tempat tertinggi. Kedua,

siswa mengalami tekanan internal karena memiliki motivasi diri yang kuat untuk dapat unggul dalam akademik.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti menggunakan aspek stres akademik yang diungkapkan oleh Sun, dkk. (2011) yaitu terdiri dari *pressure from study, workload, worry about grades, self-expectation*, dan *despondency*.

### **3. Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik**

Stres akademik dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu

#### **a. Faktor Internal**

##### **1. *Self regulation***

*Self regulation* didefinisikan sebagai kemampuan untuk menenangkan diri ketika menghadapi ketidaknyamanan emosional. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Winterbach (dalam Hj Ramli, Alavi, Mehrihezahad, & Ahmadi, 2018) menemukan bahwa siswa dengan tingkat stres rendah merupakan siswa dengan *self regulation* yang lebih baik daripada siswa dengan tingkat stres tinggi. Selain itu, dalam penelitian yang dilakukan Hj Ramli, dkk. (2018) ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara stres akademik dan *self regulation*, dimana semakin tinggi *self regulation* maka semakin rendah stres akademik.

##### **2. Pola pikir**

Alvin (dalam Husnar, Saniah, & Nashori, 2017) mengemukakan bahwa faktor internal yang dapat menyebabkan stres akademik adalah pola

pikir individu. Individu yang berfikir tidak dapat mengendalikan situasi mereka cenderung mengalami stres yang lebih besar.

### 3. Keyakinan

Keyakinan terhadap diri memiliki peran yang penting dalam menginterpretasikan situasi-situasi di sekitar individu. Menurut Husnar, dkk. (2017) kemampuan manusia mempunyai batasan, sedangkan keyakinan terhadap sesuatu yang mempunyai batasan dapat menimbulkan ketidaksesuaian dan benturan dengan kondisi realita. Pada akhirnya, harapan tersebut menjadi pencetus distress pada individu.

#### b. Faktor Eksternal

##### 1. Dukungan sosial

Menurut Smet (2006) dukungan yang diberikan kepada siswa dapat membantu mengatasi perasaan cemas dan rasa takut yang dialami. Hal tersebut senada dengan yang diungkapkan Lieberman (1997) bahwa secara teoritis adanya dukungan sosial dapat menurunkan kecenderungan munculnya kejadian yang dapat mengakibatkan stres. Dukungan sosial dapat diperoleh dari teman sebaya, orang tua, ataupun orang yang spesial/guru.

##### 2. Tuntutan sekolah

Menurut Desmita (2009) stres akademik yang dialami siswa bersumber dari berbagai tuntutan sekolah. Tuntutan sekolah yang menjadi faktor yang mempengaruhi stres akademik diidentifikasi menjadi empat, yaitu:

a) *Physical demands* (tuntutan fisik)

*Physical demands* adalah stres akademik yang dialami siswa yang bersumber dari lingkungan fisik sekolah, misalnya keadaan iklim ruang kelas, temperatur yang tinggi, pencahayaan dan penerangan, perlengkapan atau sarana prasarana yang menunjang pendidikan, daftar pelajaran, kebersihan dan kesehatan sekolah, keamanan dan penjagaan sekolah.

b) *Task demands* (tuntutan tugas)

Tuntutan ini diartikan sebagai berbagai macam tugas, seperti tugas yang dikerjakan di sekolah atau di rumah, tuntutan kurikulum, ulangan dan ujian, penilaian, dan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, yang dapat menimbulkan perasaan tertekan atau stres.

c) *Role demands* (tuntutan peran)

Tuntutan peran berkaitan dengan harapan tingkah laku yang dikomunikasikan oleh pihak sekolah serta orangtua dan masyarakat kepada siswa, seperti harapan memiliki nilai yang bagus, mempertahankan nama baik dan keunggulan sekolah, memiliki sikap dan tingkah laku yang baik, memiliki motivasi belajar yang tinggi, harapan berpartisipasi dalam memajukan kehidupan masyarakat, dan sebagainya. Harapan-harapan di atas dapat mempengaruhi stres akademik pada siswa, terutama jika siswa tidak mampu memenuhi harapan-harapan peran yang dibebankan padanya.

d) *Interpersonal demands* (tuntutan interpersonal)

Tuntutan ini dapat dipahami sebagai hubungan interpersonal yang terjadi antara siswa dengan siswa lainnya, guru-guru, serta pegawai yang ada di lingkungan sekolah. Ketidakmampuan siswa dalam menjalin hubungan interpersonal yang positif dengan guru dan teman sebaya seperti persaingan dengan siswa lain, dijauhi dan dikucilkan teman, kurangnya perhatian dan dukungan dari guru, serta perlakuan guru yang tidak adil, dapat mempengaruhi stres akademik yang dialami oleh siswa.

Berdasarkan beberapa faktor yang dikemukakan di atas, peneliti tertarik menggunakan Dukungan Teman Sebaya sebagai variabel bebas.

## **B. Dukungan Teman Sebaya**

### **1. Definisi Dukungan Teman Sebaya**

Terdapat beberapa pengertian dari dukungan sosial yang dijelaskan oleh para ahli. Zimet, Dahlem, Zimet, dan Farley (1988) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah dukungan yang diterima oleh orang-orang terdekat individu meliputi dukungan keluarga, dukungan pertemanan, dan dukungan dari orang yang spesial bagi individu. Sementara itu menurut Sarafino (2006) dukungan sosial merupakan suatu bentuk kenyamanan, perhatian, penghargaan, ataupun bantuan yang diterima individu dari orang lain maupun suatu kelompok. Bentuk dukungan sosial dapat berupa dukungan emosional,

dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan kelompok.

Dukungan teman sebaya merupakan salah satu sumber dukungan sosial (Sarafino, 2006). Santrock (2007) memaknai teman sebaya sebagai anak-anak atau remaja yang usia atau tingkat kematangannya kurang lebih sama. Remaja merupakan kelompok teman sebaya yang memiliki pengaruh yang sangat kuat karena remaja cenderung memisahkan diri dari orang tua menuju ke arah teman sebayanya.

Dukungan teman sebaya menurut Mead, Hilton, dan Curtis (2001) merupakan suatu sistem pemberian dan penerimaan bantuan yang didasarkan pada prinsip-prinsip tertentu seperti tanggung jawab bersama dan kesepakatan bersama tentang apa yang bermanfaat antara teman sebaya. Menurut Davidson, Chinman, Sells, dan Rowe (2006) dukungan teman sebaya adalah dukungan yang didasarkan pada keyakinan untuk memberikan dorongan, harapan, dan bimbingan kepada orang lain yang sebaya. Sementara itu, dalam hal akademik, Thompson dan Mazer (2008) mengartikan dukungan teman sebaya sebagai dukungan yang diberikan kepada teman sebayanya yang meliputi bantuan langsung dalam pekerjaan sekolah dan pekerjaan rumah, serta dukungan emosional yang secara spesifik terkait dengan masalah akademik.

Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa dukungan teman sebaya merupakan suatu dukungan dalam bentuk dorongan, harapan, atau bimbingan yang secara spesifik terkait dengan masalah akademik yang

didapat melalui interaksi individu dengan orang lain yang merupakan teman sebaya.

## 2. Aspek Dukungan Teman Sebaya

Menurut Zimet, Dahlem, Zimet, & Farley (1988) dukungan sosial terdiri dari tiga aspek, yaitu.

### a. Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga yaitu dukungan yang berasal dari keluarga.

### b. Dukungan *Significant Other*

Dukungan *significant other* adalah dukungan yang berasal dari orang yang dianggap spesial.

### c. Dukungan Teman

Dukungan teman merupakan dukungan yang berasal dari teman yang seumuran.

Lebih lanjut, Chen (2005) menjelaskan bahwa melalui pertemanan, sebaya saling memberikan dukungan yaitu berupa dukungan interpersonal, dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan perilaku, dan dukungan kognitif.

#### a. *Interpersonal (quality relationship)*

Kebersamaan dengan teman sebaya merupakan sumber dukungan untuk berinteraksi dan mengkomunikasi berbagai hal.

#### b. *Emotional (care and encouragement)*

Aspek ini mencakup ungkapan empati, kepedulian, dan perhatian terhadap individu.

c. *Instrumental (direct assistance with schoolwork)*

Aspek ini mencakup bantuan langsung yang dapat berupa jasa, waktu, dan uang.

d. *Behavioral (social control and monitoring)*

Remaja dalam berinteraksi dengan lingkungan pergaulannya harus memiliki kontrol dalam bertindak sehingga tidak melanggar norma yang berlaku dalam masyarakat dan bantuan teman dapat berefek positif

e. *Cognitive (interpretations of expectations)*

Aspek ini mencakup pertukaran argumen, adanya ekspektasi dan aspirasi, serta saling bertukar pikiran, atau berdiskusi baik di sekolah maupun di luar sekolah, yang dapat menentukan individu dalam mengambil keputusan.

Menurut Bursal (2017) terdapat dua aspek dukungan teman sebaya, yaitu *Student Personal Support* dan *Student Academic Support*. Sementara itu menurut Thompson dan Mazer (2009) dalam akademik terdapat empat faktor dukungan yang dapat diberikan oleh sesama siswa (teman sebaya), yaitu *informational support*, *esteem support*, *motivational support*, dan *venting support*.

a. *Informational support*

Dukungan informasi ini berfungsi untuk mengatasi masalah akademik. Dukungan informasi yang diberikan diantaranya adalah memberikan jawaban atas pertanyaan spesifik mengenai tugas sekolah dan memberikan

saran. Jenis dukungan informasi yang sering adalah bantuan untuk tugas tertentu.

b. *Esteem support*

Secara sederhana, dukungan ini merupakan dukungan emosional yang diberikan yang dapat menciptakan kenyamanan, kepercayaan diri, dan peningkatan harga diri bagi siswa.

c. *Motivational support*

Dukungan motivasi ini berfungsi untuk mendorong siswa untuk menyelesaikan tugasnya. Dukungan motivasi merupakan strategi penting bagi siswa untuk berhasil karena tugas sekolah yang lebih menantang dan lebih banyak.

d. *Venting support*

Dukungan ini merupakan strategi utama yang digunakan untuk mengatasi frustrasi dengan guru maupun kelas.

Berdasarkan beberapa aspek di atas, peneliti menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Thompson dan Mazer (2009) yaitu *informational support*, *esteem support*, *motivational support*, dan *venting support*.

### **C. Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya dan Stres Akademik**

Stres dapat terjadi pada semua kalangan usia, tidak terkecuali pada remaja yang duduk dalam jenjang sekolah menengah atas (SMA). Siswa, terlebih yang bersekolah di SMA dengan sistem *boarding school*, tentu memiliki intensitas

interaksi dengan lingkungan sekolah yang tinggi sehingga dapat mengakibatkan siswa cenderung mengalami stres akademik.

Stres akademik adalah stres yang berhubungan dengan kegiatan pendidikan yang terjadi dalam masa pendidikan yang disebabkan oleh tuntutan yang timbul saat seseorang dalam masa pendidikan (Weidner, Kohlmann, Dotzauer, & Burns, 1996). Stres akademik dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Salah satu faktor tersebut adalah dukungan sosial yang dapat diperoleh dari teman sebaya, orang tua, dan orang spesial akan memberikan pengaruh. Pengaruh tersebut akan membuat tingkat stres akademik semakin tinggi atau semakin rendah.

Kondisi stres akademik yang dialami oleh siswa SMA dapat dilihat dari penelitian yang dilakukan oleh Ifdil dan Ardi (2013) menyatakan bahwa terdapat siswa yang tergolong dalam kategori tingkat stres akademik tinggi, serta pada penelitian yang dilakukan oleh Fathonah, Hernawaty, dan Fitria (2017) menyatakan bahwa terdapat siswa SMA *Boarding School* yang mengalami stres berat, bahkan mengalami stres sangat berat. Tingginya stres akademik tersebut dapat berdampak pada fisik, psikologis, dan perilaku pada siswa yang mengalaminya.

Smet (1994) mengemukakan bahwa reaksi terhadap stres bervariasi antara individu satu dengan individu yang lainnya. Perbedaan ini sering disebabkan oleh beberapa faktor psikologis dan sosial yang tampaknya mengubah dampak stressor bagi individu itu sendiri. Salah satu hal dari faktor sosial tersebut adalah

dukungan sosial. Gottlieb (Smet, 1994) mengemukakan bahwa dukungan sosial terdiri atas informasi verbal maupun nonverbal, bantuan nyata, dan tindakan yang diberikan oleh oranglain disekitar individu dan mempunyai manfaat emosional serta efek perilaku bagi si penerima dukungan tersebut.

Dukungan sosial yang diperoleh dari teman sebaya dapat menjadi faktor protektif siswa dalam menghadapi permasalahan akademik sehingga tidak menyebabkan stres akademik. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Wilks dan Spivey (2014) pendidikan sekarang dipromosikan kepada remaja dan dewasa awal sebagai periode transisi jauh dari ketergantungan keluarga dan menuju ketergantungan diri dan teman sebaya dalam lingkungan yang sama. Pada perspektif ini, masuk akal untuk mempertimbangkan siswa menginternalisasi dukungan teman sebaya lebih dari keluarga. Hal tersebut senada dengan penelitian yang dilakukan Chambel dan Curral (2005) yang menyatakan bahwa penelitian saat ini mendorong dukungan sebaya sebagai cara untuk meningkatkan kesejahteraan siswa, dalam hal ini mengurangi stres yang dirasakan siswa.

Menurut Thompson dan Mazer (2009) dalam akademik terdapat empat faktor dukungan yang dapat diberikan oleh sesama siswa (teman sebaya), yaitu *informational support*, *esteem support*, *motivational support*, dan *venting support*. Keterkaitan antara aspek dukungan teman sebaya dengan variabel stres akademik dapat dilihat dari *informational support* yang didapat siswa. Menurut Gonzalez, Hernandez, dan Torres (2015) dukungan sosial yang berupa *informational support* yang diberikan kepada siswa akan berpengaruh terhadap kemampuan siswa dalam mengatasi stres akademik yang dialaminya. *Informational support* yang dimaksud

dapat berupa bantuan dalam mengerjakan tugas. Seringkali siswa merasa tidak mampu menyelesaikan tugas sekolah sehingga membuat siswa menjadi tidak percaya diri hingga berakhir stres. Maka dengan adanya dukungan informasional yang diberikan kepada siswa akan berpengaruh terhadap kemampuan siswa dalam mengatasi stres akademik yang dialaminya.

Keterkaitan lain antara aspek dukungan teman sebaya dengan stres akademik dapat dilihat dari *esteem support*. Aspek ini mencakup empati, kepedulian, perhatian, ungkapan positif yang dapat menciptakan kenyamanan, kepercayaan diri, dan peningkatan harga diri pada siswa. Adanya dukungan ini membantu siswa terhindar dari stres. Hal ini didukung oleh penelitian Andharini dan Nurwidawati (2015) bahwa dukungan sosial yang berupa *esteem support* dapat menekan stres akademik yang dialami siswa.

Selanjutnya, *motivational support*. Dukungan ini berfungsi untuk memberikan dorongan dalam hal akademik, seperti mendorong siswa untuk belajar dan fokus dalam mengerjakan tugas. Siswa yang memiliki motivasi yang tinggi dalam belajar akan terhindar dari stres. Sebaliknya, siswa dengan motivasi yang rendah memiliki tingkat stres yang cenderung tinggi (Baker, 2004).

Aspek lain dari dukungan teman sebaya adalah *venting support*. Dukungan ini merupakan strategi utama yang digunakan untuk mengatasi frustrasi dengan guru maupun pelajaran. Dengan mencurahkan kefrustrasian tentang guru ataupun pelajaran, siswa merasa lebih baik dan merasa terikat satu sama lain (Thompson, 2009). Hal tersebut dapat menghindarkan siswa dari stres.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa dukungan teman sebaya mempunyai peran penting pengaruhnya terhadap stres akademik yang dialami siswa. Diperlukan dukungan teman sebaya yang tinggi agar dapat menekan stres akademik siswa. Melalui aspek *informational support*, dengan memberikan dukungan informasi berupa bantuan dalam mengerjakan tugas, termasuk memberikan jawaban atas pertanyaan spesifik mengenai tugas sekolah dan memberikan saran. Kemudian aspek *esteem support*, dengan memberikan dukungan emosional yang dapat menciptakan kenyamanan, kepercayaan diri, dan peningkatan harga diri. Melalui aspek *motivational support*, dengan memberikan dorongan dalam menyelesaikan tugas. Aspek yang terakhir yaitu *venting support*, dengan membangun hubungan interpersonal yang ditunjukkan dengan saling bercerita dan mencurahkan perasaan tentang kefrustrasian terhadap guru atau pelajaran yang membuat siswa merasa lebih baik dan terhindar dari stres.

#### **D. Hipotesis**

Hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara dukungan teman sebaya dan stres akademik pada siswa SMA *boarding school*, dimana semakin tinggi dukungan teman sebaya maka semakin rendah stres akademik yang dialami oleh siswa SMA *boarding school*, begitu pula sebaliknya.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi Variabel Penelitian**

1. Variabel Tergantung : Stres Akademik
2. Variabel Bebas : Dukungan Teman Sebaya

#### **B. Definisi Operasional**

##### 1. Stres Akademik

Stres akademik diukur dengan alat ukur yang dikembangkan oleh Sun, Dunne, Hou, dan Xu (2011) yaitu *Educational Stress Scale for Adolescents* (ESSA) yang diuji berdasarkan lima aspek, yaitu *pressure from study*, *workload*, *worry about grades*, *self-expectation*, dan *despondency*. Nilai stres akademik dalam penelitian ini dilihat dari jumlah skor stres akademik yang diperoleh oleh subjek. Jika skor total yang diperoleh subjek tinggi, maka tingkat stres akademik yang dialami subjek juga tinggi. Tetapi sebaliknya, jika skor total rendah, berarti tingkat stres akademik yang dialami subjek juga rendah.

##### 2. Dukungan Teman Sebaya

Dukungan teman sebaya diukur dengan alat ukur yang dikembangkan oleh Thompson dan Mazer (2009) yaitu *Student Academic Support Scale* (SASS) yang diuji berdasarkan lima aspek, yaitu *informational support*, *esteem support*, *motivational support*, dan *venting support*. Penilaian dukungan teman sebaya ditentukan melalui skor yang diperoleh subjek. Apabila skor

total yang diperoleh tinggi, maka tingkat dukungan teman sebaya yang diterima subjek tinggi. Sebaliknya, jika skor total dukungan teman sebaya yang diterima rendah, maka tingkat dukungan teman sebaya yang diterima subjek juga rendah.

### **C. Subjek Penelitian**

Responden penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah pelajar SMA berasrama (*boarding school*) yang berumur sekitar 15 – 18 tahun, berjenis kelamin laki-laki dan perempuan.

### **D. Metode Pengumpulan Data**

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan dua skala psikologi yaitu skala stres akademik dan skala dukungan teman sebaya. Kedua skala ini berbentuk kuesioner, subjek melaporkan keadaan diri (*self report*) dari beberapa alternatif jawaban yang tersedia, dalam pengisian tersebut mengacu pada kondisi yang sedang dialami oleh subjek pada saat ini.

#### **1. Skala Stres Akademik**

Pada penelitian ini, stres akademik pada siswa diukur dengan skala stres akademik yang diadaptasi berdasarkan alat ukur Sun, Dunne, Hou, dan Xu (2011) yaitu *Educational Stress Scale for Adolescents*. Skala ini digunakan untuk mengukur tingkat stres akademik yang dialami siswa yang diuji berdasarkan lima faktor, yaitu *pressure from study*, *workload*, *worry about grades*, *self-expectation*, dan *despondency*. Skala stres akademik ini terdiri dari 16 aitem.

**Tabel 1**

Distribusi Aitem Skala Stres Akademik Sebelum Uji Coba

<b>Aspek</b>	<b>Favourable</b>	<b>Jumlah</b>
<i>pressure from study</i>	4, 5, 6, 11	4
<i>Workload</i>	2, 3, 7	3
<i>worry about grades</i>	8, 9, 10	3
<i>self-expectation</i>	14, 15, 16	3
<i>Despondency</i>	1, 12, 13	3
<b>Jumlah</b>	16	16

Pada skala stres akademik ini, siswa dituntut untuk memberikan respon jawaban berdasarkan lima alternatif jawaban, yaitu Sangat Tidak Sesuai, Tidak Sesuai, Netral, Sesuai, dan Sangat Sesuai. Setiap jawaban bernilai 1 – 5, yang menunjukkan bahwa semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah tingkat stres akademik yang dirasakan, dan semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi stres akademik yang dirasakan.

## 2. Skala Dukungan Teman Sebaya

Pada penelitian ini, skala dukungan teman sebaya yang digunakan adalah skala yang diadaptasi dari alat ukur Thompson dan Mazer (2009), yaitu *Student Academic Support Scale* (SASS). Skala ini mengukur empat faktor yaitu *informational support*, *esteem support*, *motivational support*, dan *venting support*. Skala ini terdiri dari 15 aitem.

**Tabel 2**

Distribusi Aitem Skala Dukungan Teman Sebaya Sebelum Uji Coba

<b>Aspek</b>	<b>Favourable</b>	<b>Jumlah</b>
<i>Informational support</i>	1,2,3,4,5,6,7	7
<i>Esteem support</i>	8,9,10	3
<i>Motivational support</i>	11,12,13	3
<i>Venting support</i>	14,15	2
<b>Jumlah</b>	15	15

Pada skala ini, siswa diminta untuk memberikan respon jawaban berdasarkan lima pilihan jawaban, yaitu tidak sama sekali, sekali atau dua kali, sekitar satu kali dalam seminggu, beberapa kali dalam seminggu, dan hampir setiap hari. Setiap jawaban bernilai 1 – 5, dimana semakin rendah skor maka semakin rendah tingkat dukungan yang diterima, dan semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi dukungan yang diterima.

### **E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur`**

#### **1. Validitas**

Validitas berasal dari kata *validity* yang artinya sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsinya untuk mengukur. Azwar (2012) menjelaskan bahwa validitas merujuk pada sejauh mana skala atau alat ukur dapat mengungkapkan data atribut yang diukur dengan akurat dan teliti. Sejalan dengan hal tersebut, Matondang (2009) memaparkan bahwa suatu alat ukur dinyatakan valid apabila pertanyaan, tugas atau butir dalam suatu alat tes atau instrumen mewakili secara keseluruhan dan proporsional perilaku sampel yang dikenai tes tersebut.

Terdapat tiga tipe-tipe validitas, yaitu validitas isi (*content validity*), validitas konstruk (*construct validity*), dan validitas yang berdasarkan kriteria (*criterion-related validity*). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan validitas isi. Menurut Azwar (2012) validitas isi, yaitu validitas yang diestimasi melalui pengujian isi tes dengan analisis rasional atau melalui *professional judgment* (penilaian profesional).

Aitem dikatakan valid jika memiliki indeks daya beda mendekati 1,0. Sebaliknya, aitem dikatakan tidak valid jika memiliki indeks daya beda mendekati 0,0. Pada penelitian ini, peneliti menetapkan standar minimal 0,3 hingga 1,0. Sebelum melakukan pengambilan data, peneliti melakukan *pre-eliminatory* atau uji bahasa pada lima siswa untuk skala stres akademik dan dukungan teman sebaya agar subjek dapat memahami isi skala dengan mudah.

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas berasal dari kata *reliable* yang menunjuk pada gagasan pokok sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Azwar (2012) mengatakan reliabilitas sebagai konsistensi hasil ukur yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan dan konsistensi pengukuran skor dari waktu ke waktu. Skor reliabilitas bergerak dari 0 sampai dengan 1, skor 0 menunjukkan 0% konsistensi hasil pengukuran, skor 1 menunjukkan 100% konsistensi hasil pengukuran, sehingga semakin mendekati angka 1, maka alat ukur tersebut mempunyai tingkat reliabilitas yang baik (Periantalo, 2016). Batasan yang digunakan dalam riset ini yaitu,  $r \geq 0,30$ .

## F. Metode Analisis Data

Penelitian ini termasuk penelitian korelasi. Teknik statistik yang digunakan untuk menguji penelitian korelasi adalah korelasional *Spearman's rho* ketika data tidak normal, sedangkan untuk data normal menggunakan korelasional *Pearson*. Sebelum melakukan uji hipotesis, maka dilakukan uji asumsi yaitu uji

normalitas dan uji linearitas. Keakuratan dan kemudahan pengolahan data dalam analisis ini menggunakan program SPSS versi 22.00 *for Windows*.

## **BAB IV**

### **PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN**

#### **A. Orientasi Kanchah dan Persiapan**

##### **1. Orientasi Kanchah**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan teman sebaya dan stres akademik pada siswa SMA Boarding School. Sebelum memulai proses pengambilan data, peneliti harus terlebih dahulu melakukan orientasi kanchah guna memahami tempat pengambilan data sehingga dapat mempersiapkan segala sesuatu dalam proses pengambilan data nantinya. Pada penelitian ini, peneliti memilih beberapa tempat untuk pengambilan data, yaitu SMA IT BU dan SMA MBS.

SMA IT BU merupakan sekolah islam terpadu yang berbasis pesantren modern yang berada di bawah naungan Yayasan BUM Yogyakarta yang bergerak di bidang sosial keagamaan sejak tahun 2003 sebagai pengembangan Pondok Pesantren BU yang sudah terlebih dahulu berdiri. Kurikulum yang digunakan di SMA IT BU merupakan perpaduan antara kurikulum diknas dan kurikulum pondok pesantren modern yang mengutamakan aqidah, ibadah, akhlaq, serta perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Hasil observasi di sekolah, sekolah sudah memiliki fasilitas yang memadai seperti perpustakaan, laboratorium komputer, masjid, asrama, dan lain-lain. Hasil wawancara dengan salah satu guru mengatakan bahwa siswa cenderung tidak fokus pada mata pelajaran terakhir, terbukti beberapa kali guru tersebut

menemui siswa yang mengobrol dengan siswa lain atau bahkan tertidur di kelas.

SMA MBS merupakan SMA berbasis pesantren modern yang resmi berdiri sejak tahun 2008. Kurikulum yang digunakan merupakan perpaduan antara Diknas yang mengacu pada KTSP/K-13 dan kurikulum pesantren yang mengacu pada pendidikan pesantren modern dengan menekankan keseimbangan antara Diknas dan Pesantren. Hasil observasi di sekolah, sekolah memiliki fasilitas yang memadai seperti perpustakaan, laboratorium komputer, laboratorium sains, masjid, aula, asrama, dan lain-lain. Hasil wawancara dengan salah satu pembina di sana mengatakan bahwa terdapat beberapa siswa yang mengeluh karena tidak dapat mengimbangi jadwal yang padat di sekolah maupun di asrama, bahkan ada di antaranya yang akhirnya memutuskan untuk pindah sekolah.

## **2. Persiapan Penelitian**

Sebelum melakukan proses penelitian, terdapat beberapa hal yang dipersiapkan oleh peneliti. Hal ini dilakukan demi kelancaran dalam proses pengambilan data itu sendiri. Adapun persiapan yang perlu dilakukan oleh peneliti yaitu persiapan administrasi dan persiapan alat ukur.

### **a. Persiapan administrasi**

Peneliti memberikan surat permohonan izin penelitian kepada pihak sekolah pada 28 April 2018. Peneliti menggunakan surat permohonan izin melalui bagian Divisi Umum di Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia dengan nomor surat

357/Dek/70/Div.Um.RT/IV/2018 tertanggal 26 April 2018 yang ditujukan kepada Kepala Sekolah SMA IT BU Yogyakarta dan nomor surat 361/Dek/70/Div.Um.RT/IV/2018 tertanggal 27 April 2018 yang ditujukan kepada Kepala Sekolah MBS.

b. Persiapan alat ukur

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan alat ukur berupa skala stres akademik dan skala dukungan teman sebaya. Skala yang digunakan untuk variabel Stres Akademik adalah *Educational Stress Scale for Adolescents* yang dikembangkan oleh Sun, Dunne, Hou, dan Xu (2011). Skala ini bertujuan untuk mengukur lima aspek, yaitu *pressure from study*, *workload*, *worry about grades*, *self-expectation*, dan *despondency*. Skala ini terdiri dari 16 aitem *favorable* dengan lima alternatif jawaban, yaitu Sangat Tidak Sesuai, Tidak Sesuai, Netral, Sesuai, dan Sangat Sesuai.

Skala yang digunakan untuk variabel Dukungan Teman Sebaya adalah *Student Academic Support Scale* (SASS) yang dikembangkan oleh Thompson dan Mazer (2009). Skala ini mengungkapkan empat aspek, yaitu *informational support*, *esteem support*, *motivational support*, dan *venting support*. Skala ini terdiri dari 15 aitem *favorable* dengan lima alternatif jawaban, yaitu Tidak Pernah Sama Sekali, Satu atau Dua Kali, Sekitar Satu Kali Setiap Minggu, Beberapa Kali Setiap Minggu, dan Setiap Hari.

Sebelum proses pengambilan data dilakukan, peneliti melakukan pre-eliminari kepada lima orang subjek untuk memastikan apakah subjek dapat memahami setiap aitem dari alat ukur yang digunakan. Selanjutnya, peneliti

melakukan uji coba pada 5 Mei 2018 bertempat di SMA IT BU Yogyakarta. Setelah menyelesaikan pengambilan data uji coba (*try out*), peneliti mengolah hasil data yang telah didapatkan. Hasil dari uji coba (*try out*) menunjukkan bahwa ada beberapa aitem yang digugurkan. Kemudian dilanjutkan pengambilan data utama pada 29 Mei 2018 di SMA MBS.

c. Uji coba alat ukur

Uji coba penelitian dilakukan pada 5 Mei 2018 melalui kuesioner. Kuesioner tersebut diisi oleh 52 orang dengan lengkap sebelum datanya diambil untuk dianalisa. Data dapat langsung dianalisa uji coba karena semua subjek mengisi kuesioner sebagaimana mestinya.

d. Hasil uji coba alat ukur

Tahap uji coba alat ukur dilakukan untuk mengetahui daya diskriminasi aitem dalam suatu skala. Daya diskriminasi aitem adalah sejauh mana aitem dapat membedakan individu maupun kelompok yang memiliki atau pun tidak memiliki atribut yang diukur, hal ini dilakukan dengan menghitung koefisien korelasi antara distribusi skor aitem dengan distribusi skor skala itu sendiri (Azwar, 2012). Suatu aitem dapat dikatakan memiliki daya diskriminasi yang memuaskan apabila aitem tersebut mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 (Azwar, 2012).

Berdasarkan data yang diperoleh setelah dilakukannya uji coba (*tryout*) pada penelitian ini, maka dilakukan uji validitas, reliabilitas dan seleksi aitem pada Skala Stres Akademik dan Skala Dukungan Teman Sebaya yang akan digunakan dalam pengambilan data primer pada penelitian ini. Uji

validitas, uji reliabilitas, dan seleksi aitem perlu dilakukan sebelum suatu alat ukur digunakan dalam penelitian agar kesimpulan penelitian tidak salah dan tidak memberikan gambaran yang berbeda dari keadaan sebenarnya.

Perhitungan dalam menguji reliabilitas, validitas, serta seleksi aitem pada dua skala tersebut dilakukan dengan perhitungan statistik dari komputer dengan bantuan program *SPSS22 for windows*. Seleksi aitem dalam uji coba penelitian ini berdasarkan korelasi aitem total (*corrected aitem-total correlation*).

#### 1) Skala Stres Akademik

Hasil analisis skala stres akademik setelah dilakukan uji coba, terdapat tiga aitem yang gugur, yaitu aitem nomor 2, 8, dan 10 dengan nilai korelasi masing-masing 0,186; 0,094; dan 0,160. Aitem lainnya memiliki nilai korelasi dari rentang 0,334 – 0,835 dengan nilai *cronbach alpha* 0,824 yang berarti bahwa skala Stres Akademik setelah uji coba memiliki nilai reliabilitas yang tinggi, yaitu 82,4% dengan sebaran aitem sebagai berikut:

**Tabel 3**  
*Distribusi Aitem Skala Stres Akademik Setelah Uji Coba*

<b>Aspek</b>	<b>Favourable</b>	<b>Jumlah</b>
<i>pressure from study</i>	4, 5, 6, 11	4
<i>Workload</i>	2*, 3, 7	2
<i>worry about grades</i>	8*, 9, 10*	1
<i>self-expectation</i>	14, 15, 16	3
<i>Despondency</i>	1, 12, 13	3
<b>Jumlah</b>	13	13

Keterangan : \* adalah aitem yang gugur

## 2) Skala Dukungan Teman Sebaya

Hasil analisis skala Dukungan Teman Sebaya setelah dilakukan uji coba, terdapat satu aitem yang gugur, yaitu aitem nomor 4, dengan nilai korelasi 0,267. Aitem lainnya memiliki nilai korelasi dari rentang 0,357 – 0,760 dengan nilai *cronbach alpha* 0,896 yang berarti bahwa skala Dukungan Teman Sebaya setelah uji coba memiliki nilai reliabilitas yang tinggi, yaitu 89,6% dengan sebaran aitem sebagai berikut:

**Tabel 4**

*Distribusi Aitem Skala Dukungan Teman Sebaya Setelah Uji Coba*

<b>Aspek</b>	<b>Favourable</b>	<b>Jumlah</b>
<i>Informational support</i>	1,2,3,4*,5,6,7	6
<i>Esteem support</i>	8,9,10	3
<i>Motivational support</i>	11,12,13	3
<i>Venting support</i>	14,15	2
<b>Jumlah</b>	14	14

Keterangan : \* adalah aitem yang gugur

### **B. Laporan Pelaksanaan Penelitian**

Pengambilan data penelitian dilakukan pada 29 Mei 2018 pada 103 siswa SMA MBS. Namun saat skoring, ditemukan 3 data yang tidak terisi dengan benar. Pengisian data menggunakan kuesioner secara manual dilakukan dengan pertimbangan bahwa siswa *Boarding School* memiliki keterbatasan dalam mengakses internet. Peneliti mengajukan permohonan izin pengambilan data kepada pihak sekolah, kemudian diatur jadwal pertemuan dengan siswa untuk pengambilan data. Peneliti mengingatkan dalam kuesioner maupun komunikasi langsung dengan subjek untuk mengisi kuesioner dengan sebenar-benarnya. Pengambilan data dilakukan bersamaan dengan kegiatan rutin ramadhan di Masjid SMA MBS.

## C. Hasil Penelitian

### 1. Deskripsi Subjek Penelitian

Total subjek yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 100 siswa yang bersekolah di SMA MBS terdiri dari laki-laki dan perempuan yang berusia 15-18 tahun. Berikut merupakan tabel sebaran dari subjek penelitian.

**Tabel 5**  
Deskripsi Subjek Penelitian

Variabel Demografik		Jumlah	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Perempuan	75	75%
	Laki-laki	25	25%
Usia Subjek	15 tahun	17	17%
	16 tahun	47	47%
	17 tahun	32	32%
	18 tahun	4	4%
Tingkat Pendidikan	Kelas 10	49	49%
	Kelas 11	51	51%
Jurusan yang diambil	IPA	65	65%
	IPA	33	33%
	Lainnya	2	2%
Jumlah Ekstrakurikuler yang diikuti	0	6	6%
	1-3	84	84%
	Lebih dari 3	10	10%

### 2. Deskripsi Data Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat diperoleh gambaran mengenai data penelitian yang berisi fungsi-fungsi dasar statistik. Deskripsi dari data penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 6**  
Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Xmin	Xmax	Mean	SD	Xmin	Xmax	Mean	SD
Stres Akademik	13	65	39	8,67	28	58	40,63	6,777
Dukungan Teman	14	70	42	9,34	21	69	43,79	12,085

---

Sebayu

---

Ket :  $X_{min}$  = Skor Total Minimum;  $X_{max}$  = Skor Total Maksimum

Berdasarkan deskripsi data penelitian di atas, dapat diketahui bahwa skor skala Stres Akademik dan Dukungan teman sebaya diklasifikasi untuk mengetahui tinggi rendahnya posisi skor subjek. Berikut penggolongan data ke dalam lima kategori diagnostik dapat dilihat pada table di bawah ini:

**Tabel 7**

Rumus Norma Kategorisasi Berdasar Model Distribusi Normal

Sangat Rendah	$X < (\mu - 1.8\sigma)$
Rendah	$(\mu - 1.8\sigma) \leq X < (\mu - 0.6\sigma)$
Sedang	$(\mu - 0.6\sigma) \leq X < (\mu + 0.6\sigma)$
Tinggi	$(\mu + 0.6\sigma) \leq X < (\mu + 1.8\sigma)$
Sangat Tinggi	$X \geq (\mu + 1.8\sigma)$

Ket :  $X$  = Skor Total;  $\mu$  = Mean Hipotetik;  $\sigma$  = Standar Deviasi Hipotetik

a. Stres Akademik

Hasil kategori skor skala Stres Akademik selengkapnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 8**

Kategorisasi Skor Skala Stres Akademik

Skor	Kategorisasi	Frekuensi	%
$X < 23,394$	Sangat Rendah	0	0 %
$23,394 \leq X < 33,798$	Rendah	15	15 %
$33,798 \leq X < 44,202$	Sedang	58	58 %
$44,202 \leq X < 54,606$	Tinggi	24	24 %
$X \geq 54,606$	Sangat Tinggi	3	3 %
<b>Jumlah</b>		100	100%

Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui bahwa pada skala Stres Akademik terdapat 15 subjek dengan kategori rendah (15%), 58 subjek berada pada kategori sedang (58%), 24 subjek berada pada kategori tinggi (24%), dan 3 subjek pada kategori sangat tinggi (3%).

b. Dukungan teman sebaya

Hasil kategorisasi skor skala Dukungan teman sebaya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 9**  
Kategorisasi Skor Skala Dukungan teman sebaya

Skor	Kategorisasi	Frekuensi	%
$X < 25,188$	Sangat Rendah	5	5 %
$25,188 \leq X < 36,396$	Rendah	28	28 %
$36,396 \leq X < 47,604$	Sedang	30	30 %
$47,604 \leq X < 58,812$	Tinggi	22	22 %
$X \geq 58,812$	Sangat Tinggi	15	15 %
<b>Jumlah</b>		100	100%

Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui bahwa pada skala Dukungan teman sebaya terdapat 5 subjek pada kategori sangat rendah (5%), 28 subjek pada kategori rendah (28%), 30 subjek pada kategori sedang (30%), 22 subjek pada kategori tinggi (22%), dan 15 subjek pada kategori sangat tinggi (15%).

### 3. Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan sebagai prasyarat yang harus dipenuhi sebelum melakukan uji hipotesis. Uji hipotesis yang dilakukan yaitu uji normalitas dan uji linearitas. Uji asumsi ini dilakukan dengan perhitungan statistik dari komputer dengan bantuan program *SPSS22 for windows*.

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui sebaran data dari setiap variabel penelitian. Pengujian dilakukan dengan menggunakan *One Sample Kolmogorov Smirnov Test* pada *SPSS22 for Windows*. Data memiliki distribusi normal jika memiliki nilai koefisien  $p > 0,05$ , sedangkan data

memiliki distribusi tidak normal jika memiliki nilai koefisien  $p < 0,05$ . Berdasarkan pengujian normalitas pada variabel Stres Akademik didapatkan nilai koefisien  $p = 0,200$  ( $p > 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa variabel Stres Akademik memiliki distribusi data yang normal. Begitu pula dengan variabel Dukungan teman sebaya, diketahui bahwa nilai koefisien  $p = 0,078$  ( $p > 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya memiliki distribusi data yang normal. Hasil uji normalitas dapat diketahui melalui tabel berikut ini :

**Tabel 10**  
Hasil Uji Normalitas

Variabel	Skor KS	P	Kategori
Stres Akademik	0,067	0,200	Normal
Dukungan teman sebaya	0,084	0,078	Normal

#### b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah kedua variabel mempunyai hubungan yang linear. Hubungan antara kedua variabel pada penelitian dikatakan linear apabila  $p < 0,05$  dan sebaliknya hubungan antara kedua variabel dikatakan tidak linear apabila  $p > 0,05$ . Asumsi linearitas semakin kuat apabila nilai signifikansi yang didapatkan dari *F Deviation from Linearity* lebih besar dari 0.05 ( $\text{Sig} > 0.05$ ). Nilai *F Linierity* = 17,192 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai *F Deviation from Linearity* = 1,097 dan  $p = 0,369$  ( $\text{Sig} > 0,05$ ). Berdasarkan hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa data saling berhubungan secara

linear atau mengikuti garis lurus. Hasil uji linieritas dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 11**  
Hasil Uji Linearitas

Variabel		F	p	Kategori
Stres Akademik dan Dukungan teman sebaya	Linearity	17,192	0,000	Linear
	Deviation from Linearity	1,097	0,369	

#### 4. Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji normalitas dan linearitas, diketahui bahwa data pada penelitian ini memiliki distribusi data normal dan terbukti linear. Selanjutnya dapat dilakukan uji hipotesis. Uji hipotesis merupakan langkah yang dilakukan untuk membuktikan diterima atau tidaknya hipotesis penelitian. Uji hipotesis dilakukan dengan melakukan uji korelasi *Pearson* karena pada uji asumsi, didapatkan hasil bahwa data normal dan linear. Hasil analisa koefisien korelasi antara Stres Akademik dan Dukungan teman sebaya adalah menunjukkan nilai  $r = -0,380$  dan  $p = 0.000$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Dukungan teman sebaya dan Stres Akademik. Hubungan tersebut negatif, sehingga semakin tinggi Dukungan teman sebaya yang diterima maka semakin rendah Stres Akademik yang dirasakan siswa SMA *Boarding School*. Hipotesis diterima. Hasil uji hipotesa dapat dilihat melalui tabel di bawah ini :

**Tabel 12**  
Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Korelasi (r)	Taraf Signifikansi (p)	Keterangan
Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik	-0,380	0.000	Signifikan

## 5. Analisis Tambahan

Analisis tambahan dilakukan karena peneliti ingin mengetahui lebih lanjut mengenai korelasi variabel resiliensi dan aspek dukungan sosial, berikut uji korelasi tersebut:

**Tabel 13**

Uji Korelasi Antara Aspek Dukungan Sosial dengan Variabel Stres Akademik

Variabel	Koefisien Korelasi Resiliensi (r)	Koefisien Signifikansi (p)	Koefisien Determinasi (r <sup>2</sup> )
<i>Informational Support</i>	-0,563	0,000	0,316
<i>Esteem Support</i>	-0,575	0,000	0,33
<i>Motivational Support</i>	-0,587	0,000	0,344
<i>Venting Support</i>	-0,413	0,000	0,170

Hasil tersebut menunjukkan bahwa keempat aspek dukungan teman sebaya memiliki korelasi yang signifikan dengan stres akademik, dengan arah negatif.

Selanjutnya, peneliti melakukan uji korelasi antara dukungan teman sebaya dan stres akademik berdasarkan jenis kelamin yang memberikan hasil sebagai berikut:

**Tabel 14**

Uji Korelasi Antara Dukungan teman sebaya dan Stres Akademik berdasarkan Jenis Kelamin

Perempuan			Laki-laki		
Koefisien korelasi	Koefisien signifikansi	r <sup>2</sup>	Koefisien korelasi	Koefisien signifikansi	r <sup>2</sup>

(r)	(p)		(r)	(p)	
-0,642	0,000	0,412	-0,440	0,014	0,193

Berdasarkan tabel di atas, korelasi antara dukungan teman sebaya dan stres akademik berdasarkan jenis kelamin, didapatkan hasil bahwa jenis kelamin perempuan mempunyai nilai  $r = -0,642$  dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), sedangkan untuk jenis kelamin laki-laki mempunyai  $r = -0,440$  dengan nilai  $p = 0,014$  ( $p < 0,05$ ). Berdasarkan data tersebut, dapat dikatakan bahwa terdapat korelasi negatif antara variabel dukungan teman sebaya dengan stres akademik terhadap jenis kelamin laki-laki maupun perempuan.

#### D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara dukungan teman sebaya dan stres akademik pada siswa SMA *Boarding School*. Setelah dilakukan analisis menggunakan teknik korelasi *Pearson*, didapatkan bahwa adanya korelasi negatif antara variabel dukungan teman sebaya dan stres akademik pada siswa SMA *Boarding School*. Hal tersebut senada dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara dukungan teman sebaya dan stres akademik (Wilks, 2008; Wilks dan Spivey, 2010; Andharini dan Nurwidawati, 2015). Hasil tersebut berarti bahwa semakin tinggi dukungan teman sebaya maka semakin rendah stres akademik, sebaliknya jika semakin rendah dukungan teman sebaya maka semakin tinggi stres akademik. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Pada penelitian ini, ditemukan hasil bahwa sumbangan efektif dari variabel dukungan teman sebaya terhadap variabel stres akademik sebesar 14,4%.

Hal ini menunjukkan bahwa 85,6% sumbangan efektif pada variabel stres akademik dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Pada penelitian ini diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa dari 100 subjek, terdapat 58 subjek (58%) berada pada kategori stres akademik sedang. Selanjutnya, dukungan sosial yang diterima 30 subjek (30%) yang merupakan mayoritas juga menunjukkan kategori sedang. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Marhamah dan Hamzah (2016) yang juga mendapatkan hasil bahwa mayoritas subjek yang diteliti menunjukkan stres akademik dan dukungan sosial pada kategori sedang.

Keterkaitan antara aspek dari dukungan teman sebaya yang berupa *informational support* memiliki korelasi negatif dengan variabel stres akademik. Hal ini ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi sebesar  $r = -0,563$  dengan nilai koefisien signifikansi  $p = 0,000$ . *Informational support* memiliki sumbangan terhadap stres akademik dengan nilai koefisien determinasi sebesar  $r^2 = 0,317$  atau 31,7%. Hal tersebut senada dengan penelitian yang dilakukan Gonzalez, Hernandez, dan Torres (2015) yang menyatakan adanya hubungan yang signifikan antara *informational support* dengan stres.

Aspek dukungan teman sebaya yang selanjutnya yaitu *esteem support* juga memiliki korelasi yang negatif terhadap variabel stres akademik dengan nilai koefisien korelasi sebesar  $r = 0,575$  dengan nilai koefisien signifikansi  $p = 0,000$ . *Esteem support* memiliki sumbangan terhadap stres akademik dengan nilai koefisien determinasi sebesar  $r^2 = 0,33$  atau 33%. Hal tersebut senada dengan

penelitian yang dilakukan oleh Andharini dan Nurwidawati (2015) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial (*esteem support*) dengan stres akademik.

Aspek dukungan teman sebaya yang selanjutnya yaitu *motivational support* juga memiliki korelasi yang negatif dengan variabel stres akademik dengan nilai koefisien korelasi sebesar  $r = -0,587$  dengan nilai koefisien signifikansi  $p = 0,000$ . *Motivational support* memiliki sumbangan terhadap stres akademik dengan nilai koefisien determinasi sebesar  $r^2 = 0,344$  atau 34,4%.

Sementara itu, jika dilihat dari jenis kelamin, dukungan teman sebaya yang diterima oleh laki-laki maupun perempuan memiliki korelasi yang negatif terhadap stres akademik yang dialami. Pada jenis kelamin perempuan, nilai koefisien signifikansi sebesar  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) dan memiliki sumbangan terhadap dukungan teman sebaya dan stres akademik sebesar 41,2%. Sedangkan pada jenis kelamin laki-laki memiliki nilai koefisien signifikansi sebesar  $p = 0,014$  ( $p < 0,05$ ) dan besar sumbangan dukungan teman sebaya dan stres akademik sebesar 19,3%. Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa subjek berjenis kelamin perempuan memiliki sumbangan yang lebih besar terhadap dukungan teman sebaya dan stres akademik dibandingkan dengan subjek dengan jenis kelamin laki-laki. Hal tersebut senada dengan penelitian Glozah (2013) yang menyatakan bahwa perempuan mendapatkan dukungan sosial yang lebih banyak daripada laki-laki.

Penelitian yang dilakukan memiliki kekurangan, salah satunya terkait teori dasar mengenai stres akademik dan dukungan teman sebaya yang lemah.

Selain itu kekurangan juga ditemui pada penerjemahan skala dari bahasa inggris ke bahasa indonesia. Pemahaman terkait pernyataan di dalam skala ini dapat mempengaruhi jawaban yang diberikan oleh subjek. Kelemahan lainnya adalah penelitian ini hanya berfokus pada satu faktor yang mempengaruhi, yaitu Dukungan Teman Sebaya. Selain itu, jumlah subjek laki-laki dan perempuan pada penelitian ini tidak seimbang sehingga data yang didapat kurang representatif.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan teman sebaya dengan stres akademik pada siswa *SMA Boarding School*. Artinya, semakin tinggi dukungan teman sebaya yang diterima maka semakin rendah stres akademik yang dialami. Sebaliknya, semakin rendah dukungan teman sebaya yang diterima maka semakin tinggi stres akademik yang dialami.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada penelitian ini, peneliti mengajukan beberapa saran yang ditujukan sebagai berikut:

##### **1. Saran kepada Siswa**

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan teman sebaya dan stres akademik. Oleh karena siswa *SMA Boarding School* diharapkan dapat saling memberikan dukungan teman sebaya, terutama dukungan yang berupa *venting support* dimana pada penelitian ini memiliki sumbangan efektif terendah. Dukungan teman sebaya ini penting untuk mengurangi stres akademik yang dialami siswa.

##### **2. Saran kepada Peneliti Selanjutnya**

Penelitian lebih lanjut masih sangat diperlukan, bagi peneliti yang berminat melakukan penelitian dengan topik serupa disarankan agar melakukan penelitian yang lebih baik dengan cara:

1. Mempunyai teori dasar yang kuat mengenai variabel terkait.
2. Memperhatikan variabel lain yang diduga turut berpengaruh terhadap stres akademik, khususnya pada siswa SMA *Boarding School*.
3. Untuk mendapatkan hasil yang mendalam, sebaiknya penelitian dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agolla, J.E., & Ongori, H. (2009). An assessment of academic stress among undergraduate students: the case of University of Botswana. *Educational Research and Reviews*, 4(2), 63-70.
- Andharini, A. J., & Nurwidawati, D. (2015). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Stres pada Siswa Akselerasi. *Jurnal Character*, 03(2), 1-5.
- Ang, R. P., & Huan, V. S. (2006). Academic Expectations Stress Inventory: Development, factor analysis, reliability, and validity. *Educational and Psychological Measurement*, 66(3), 522-539.
- Ang, R.P., & Huan, V.S. (2006). Relationship between academic stress and suicidal ideation: Testing for depression as a mediator using multiple regression. *Child Psychiatry & Human Development*, 37, 133-143.
- Azwar, S. (2012). *Realiabilitas dan validitas*. (Edisi Keempat). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baker, S.R. (2004). Intrinsic, extrinsic, and amotivational orientations: their role in university adjustment, stress, well-being, and subsequent academic performance. *Current Psychology*, 23(3), 189-202.
- Bursal, M. (2017). Academic achievement and perceived peer support among Turkish students: Gender and preschool education impact. *International Electronic Journal of Elementary Education*, 9(3), 599-612.
- Chambel, M. J., & Curren, L. (2005). Stress in academic life: Work characteristics as predictors of student well-being and performance. *Applied psychology*, 54(1), 135-147.
- Chen, J. J. L. (2005). Relation of academic support from parents, teachers, and peers to Hong Kong adolescents' academic achievement: The mediating role of academic engagement. *Genetic, social, and general psychology monographs*, 131(2), 77-127.
- Davidson, L., Chinman, M., Sells, D., & Rowe, M. (2006). Peer support among adults with serious mental illness: a report from the field. *Schizophrenia bulletin*, 32(3), 443-450.
- Desmita. (2009). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Elias, H., Ping, W. S., & Abdullah, M. C. (2011). Stress and academic achievement among undergraduate students in Universiti Putra Malaysia. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 29, 646-655.

- Fathonah, D.Y., Hernawaty, T., & Fitria, N. (2017). Respon psikososial siswa asrama di Bina Siswa SMA Plus Cisarua Jawa Barat. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 3(1), 69-77.
- Global Medan. (2010). Stres tidak naik kelas, loncat dari lantai 4 plaza medan fair. (online) (<http://m.citi-talk.com/read.php?nid=1078> diakses pada 10 November 2017).
- Glozah, F. N. (2013). Effects of academic stress and perceived social support on the psychological wellbeing of adolescents in Ghana. *Open Journal of Medical Psychology*, 2(4), 143-150.
- Gonzalez, F.L., Hernandez, G.A., & Torres, T.M.V. (2015). Relationships between academic stress, social support, optimism-pessimism and self-esteem in college students. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 13(1), 111-130.
- Gupta, M., Renu, G., Mishra, S. C., & Sharma, S. (2011). An examination of the relationship between academic stress and academic achievement in secondary classes students of Meerut. *VSRD Technical & Nontechnical Journal*, 2(7), 320-325.
- Hj Ramli, N. H., Alavi, M., Mehrinezhad, S. A., & Ahmadi, A. (2018). Academic stress and self-regulation among university students in Malaysia: Mediator role of mindfulness. *Behavioral Sciences*, 8(1), 12.
- Husnar, A. Z., Saniah, S., & Nashori, F. (2017). Harapan, tawakal, dan stres akademik. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 94-105.
- Ifdil, T., & Ardi, Z. (2013). Kondisi stres skademik siswa SMA Negeri di Kota Padang. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 1(2), 143-150.
- Jayanthi, P., Thirunavukarasu, M., & Rajkumar, R. (2015). Academic stress and depression among adolescents: A cross-sectional study. *Indian pediatrics*, 52(3), 217-219.
- Komalasari, D., & Helmi, A. F. (2000). Faktor-faktor penyebab perilaku merokok pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 27(1), 37-47.
- Kompasiana. (2011). Kasus bunuh diri kembali marak di Jakarta. (online) (<http://kompasiana.com> diakses 10 November 2017).
- Kupriyanov, R., & Zhdanov, R. (2014). The eustress concept: Problems and outlooks. *World Journal of Medical Sciences*, 11(2), 179-185.
- Lieberman, D. A. (1997). Interactive video games for health promotion: Effects on knowledge, self-efficacy, social support, and health. *Health promotion and interactive technology: Theoretical applications and future directions*, 103-120.

- Mappiare, A. (1990). *Psikologi remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Marhamah, F., & binti Hamzah, H. (2017). The relationship between social support and academic stress among first year students at Syiah Kuala University. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 1(1).
- Maslihah, S. (2011). Studi tentang hubungan dukungan sosial, penyesuaian sosial di lingkungan sekolah dan prestasi akademik siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi*, 10(2), 103-114.
- Matondang, Z. (2009). Validitas Dan Reabilitas Suatu Instrumen Penelitian. *Jurnal Tabularasa PPS Unimed*, 6(1), 87-97.
- Mead, S., Hilton, D., & Curtis, L. (2001). Peer support: A theoretical perspective. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 25(2), 134.
- Misra, R., & McKean, M. (2000). College students' academic stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction. *American Journal of Health Studies*, 16(1), 41.
- Olejnuk, S. N. & Holschuh, J. P. (2007). *College rules! How to Study, Survive, and Succeed in College (4th Edition)*. New York: Ten Speed Press.  
Tersedia  
[https://books.google.co.id/books?id=Q50mCgAAQBAJ&pg=PT10&dq=stress+academic&hl=id&source=gbs\\_toc\\_r&cad=4#v=onepage&q=stress%20academicstress&f=false](https://books.google.co.id/books?id=Q50mCgAAQBAJ&pg=PT10&dq=stress+academic&hl=id&source=gbs_toc_r&cad=4#v=onepage&q=stress%20academicstress&f=false). (online). Diakses tanggal 7 Maret 2018.
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian kuantitatif untuk psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Puspitasari, Y. P., Abidin, Z., & Sawitri, D.R. (2010). *Hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kecemasan menjelang ujian nasional (UN) pada siswa kelas XII reguler SMA Negeri 1 Surakarta* (Doctoral dissertation, UNDIP).
- Santrock, J.W. (2007). *Perkembangan anak jilid 1*. (Edisi kesebelas). Jakarta : PT. Erlangga.
- Sarafino, E. P. (2006). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. (Fifth Edition). USA: John Wiley & Sons.
- Sari, P. K. P., & Indrawati, E. S. (2017). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir jurusan x fakultas teknik universitas diponegoro. *Empati*, 5(2), 177-182.
- Shahmohammadi, N. (2011). Students' coping with Stress at high school level particularly at 11th & 12th grade. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 395-401.
- Smet, B. (2006). *Psikologi kesehatan*. Jakarta: PT. Grasindo.

- Sun, J., Dunne, M.P., Hou, X., & Xu, A. (2011). Educational stress scale for adolescents: Development, validity, and reliability with Chinese students. *Journal of Psychoeducational Assessment, 29*(6), 534-546.
- Thompson, B., & Mazer, J.P. (2008). How college freshmen communicate student academic support: A grounded theory study. *Communication Education, 57*(1), 123-144.
- Thompson, B., & Mazer, J. P. (2009). College student ratings of student academic support: Frequency, importance, and modes of communication. *Communication Education, 58*(3), 433-458.
- Wahab, S., Rahman, F. N. A., Hasan, W., Hafiz, W. M., Zamani, I. Z., Arbaiei, N. C., & Nawi, A. M. (2013). Stressors in secondary boarding school students: Association with stress, anxiety and depressive symptoms. *Asia-Pacific Psychiatry, 5*(1), 82-89.
- Weidner, G., Kohlmann, C. W., Dotzauer, E., & Burns, L. R. (1996). The effects of academic stress on health behaviors in young adults. *Anxiety, Stress, and Coping, 9*(2), 123-133.
- Wilks, S. E. (2008). Resilience amid academic stress: The moderating impact of social support among social work students. *Advances in Social Work, 9*(2), 106-125.
- Wilks, S.E., & Spivey, C.A. (2010). Resilience in undergraduated social work students: social support and adjustment to academic stress. *Social Work Education, 29*(3), 276-288.
- Zaid, S.S., Saam, Z., & Arlizon, R. (2016). Pengaruh layanan informasi terhadap manajemen stres siswa di kehidupan asrama (*boarding school*) kelas x kehutanan negeri pekanbaru tahun ajaran 2014/2015. *Jurnal online Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau, 3*(1), 1-5.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of personality assessment, 52*(1), 30-41.

# LAMPIRAN

**LAMPIRAN 1**

**SKALA UJI COBA**

# KUESIONER PENELITIAN



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA  
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA  
2018**



*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Saudara/i yang saya hormati, di tengah kesibukan Saudara/i dalam menjalani aktivitas, perkenankanlah saya untuk belajar banyak dari pengalaman Saudara/i. Belajar mengenai apa yang Saudara/i rasakan, apa yang Saudara/i pikirkan, dan apa yang Saudara/i lakukan dalam kehidupan sehari-hari.

Kuesioner ini diedarkan untuk kepentingan penelitian saya di Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta. Dalam pengisian kuesioner ini tidak ada jawaban yang salah. Hal yang saya harap dan butuhkan adalah kejujuran dan jawaban yang paling mendekati keadaan Saudara/i yang sesungguhnya. Oleh karena itu, saya selaku peneliti mengharapkan Saudara/i bersedia memberikan jawaban sejujurnya tanpa mendiskusikannya dengan orang lain. Semua jawaban akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian saja.

Terimakasih atas kesediaan dan kesungguhan Saudara/i dalam pengisian kuesioner ini. Semoga Allah S.W.T membalas kebaikan Saudara/i sekalian. Aamiin.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Yogyakarta, Mei 2018

Hormat saya,

Miftahul Hidayah

## Identitas Diri

- Nama (boleh inisial) :
- Jenis Kelamin :
- Usia (saat ini) :
- Kelas :
- Jurusan :  IPA  
 IPS  
 Agama  
 Bahasa  
 Lainnya.....
- Ekstrakurikuler yang diikuti :
- Status perkawinan orangtua :  Utuh  
 Bercerai

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya bersedia berpartisipasi secara sukarela untuk menjadi responden dalam penelitian ini, dan jawaban-jawaban yang saya berikan merupakan informasi yang sebenar-benarnya mengenai keadaan diri saya. Demikian pernyataan ini saya buat agar data ini berguna untuk kepentingan penelitian sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Mei 2018

( \_\_\_\_\_ )

## PETUNJUK PENGISIAN

### Bagian I

Berikut terdapat sejumlah pernyataan, Anda dimohon untuk membaca dan memahami secara seksama setiap pernyataan yang ada. Semua jawaban adalah benar sesuai dengan keadaan Anda saat ini. Berikan tanda silang (X) pada kolom jawaban yang Anda anggap paling sesuai dengan diri Anda. Kerjakanlah sesuai nomor urut dan **mohon jangan ada yang terlewati**.

### Contoh pengisian skala:

1. Saya sangat tidak puas dengan nilai-nilai pelajaran sekolah saya

<del>Tidak Pernah</del>	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
-------------------------	--------	---------------	--------	--------

NB: Jika Anda ingin memperbaiki jawaban, Anda cukup membuat tanda sama dengan (=) ditengah – tengah tanda silang.

## ***“Selamat Mengerjakan”***

1. Saya sangat tidak puas dengan nilai-nilai pelajaran sekolah saya.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

2. Saya merasa tugas sekolah saya terlalu banyak.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

3. Saya merasa pekerjaan rumah (PR) saya terlalu banyak.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

4. Pendidikan dan pekerjaan masa depan membuat saya mendapatkan banyak tekanan akademis.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

5. Orangtua saya sangat memperhatikan nilai-nilai pelajaran saya sehingga hal tersebut menjadi beban buat saya.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

6. Saya merasakan banyak tekanan dalam kegiatan belajar sehari-hari.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

7. Saya merasa ada begitu banyak ulangan/ujian di sekolah.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

8. Saya menganggap nilai pelajaran sekolah sangat penting untuk masa depan saya bahkan dapat menentukan keseluruhan hidup saya.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

9. Saya merasa telah mengecewakan orangtua saya ketika nilai ulangan/ujian saya rendah.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

10. Saya merasa telah mengecewakan guru saya ketika nilai ulangan/ujian saya rendah.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

11. Terlalu banyak persaingan di antara teman-teman saya di kelas yang memberi saya banyak tekanan akademis.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

12. Saya selalu kurang percaya diri dengan nilai-nilai pelajaran sekolah saya.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

13. Sulit bagi saya untuk berkonsentrasi selama pelajaran berlangsung.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

		kadang		
--	--	--------	--	--

14. Saya merasa stres ketika saya tidak bisa memenuhi standar yang sudah saya tetapkan.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

15. Ketika saya gagal memenuhi harapan saya, saya merasa bahwa saya tidak cukup baik.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

16. Saya biasanya tidak bisa tidur karena khawatir tidak bisa memenuhi tujuan-tujuan yang saya tetapkan.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

## Bagian II

Berikut terdapat sejumlah pernyataan, Anda dimohon untuk membaca dan memahami secara seksama setiap pernyataan yang ada. Semua jawaban adalah benar sesuai dengan keadaan Anda saat ini. Berikan tanda silang (X) pada kolom jawaban yang Anda anggap paling sesuai dengan diri Anda. Kerjakanlah sesuai nomor urut dan **mohon jangan ada yang terlewat!**

### Contoh pengisian skala:

1. Siswa lain menjelaskan kepada saya bagaimana cara menyelesaikan masalah yang spesifik.

<del>Tidak Pernah Sama Sekali</del>	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
-------------------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

NB: Jika Anda ingin memperbaiki jawaban, Anda cukup membuat tanda sama dengan (=) ditengah – tengah tanda silang.

## “Selamat Mengerjakan”

1. Siswa lain menjelaskan kepada saya bagaimana cara menyelesaikan masalah yang spesifik.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

2. Siswa lain menerangkan kepada saya bagaimana cara mengerjakan tugas.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

3. Siswa lain membantu saya mengerjakan tugas.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

4. Siswa lain menunjukkan kepada saya bagaimana cara mengerjakan tugas.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

Sama Sekali	dua kali	Kali Setiap Minggu	Kali Setiap Minggu	
-------------	----------	--------------------	--------------------	--

5. Siswa lain membantu saya memahami materi pelajaran lebih jelas.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

6. Siswa lain menjelaskan sesuatu dari kelas kepada saya.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

7. Siswa lain membantu saya mendapatkan nilai yang lebih baik dalam tugas.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

8. Siswa lain membantu saya menaikkan kepercayaan diri saya di sekolah.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

9. Siswa lain membuat saya merasa lebih baik di sekolah.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

10. Siswa lain meningkatkan harga diri saya melalui dukungan yang berkaitan dengan akademik.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

11. Siswa lain mendorong saya untuk belajar.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

12. Siswa lain membantu saya tetap fokus pada tugas sekolah saya.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

13. Siswa lain memastikan saya masuk kelas.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

14. Siswa lain mendengarkan keluh kesah saya tentang pelajaran yang membuat saya frustrasi.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

15. Siswa lain mendengarkan keluh kesah saya tentang guru yang membuat saya frustrasi.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

**“Terima Kasih”**

**LAMPIRAN 2**

**TABULASI DATA UJI COBA**

### A. Tabulasi Skor Stres Akademik

No	SA1	SA2	SA3	SA4	SA5	SA6	SA7	SA8	SA9	SA10	SA11	SA12	SA13	SA14	SA15	SA16
1	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3
2	3	3	3	3	3	3	3	3	5	5	4	3	3	4	4	1
3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3
4	2	3	3	1	1	3	5	3	1	4	2	3	3	5	5	4
5	2	3	2	2	3	1	3	4	4	4	3	2	2	3	4	3
6	4	3	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	3	4	3	3
7	2	2	2	1	2	2	2	4	4	4	2	1	2	2	2	2
8	2	4	3	2	3	3	3	4	4	4	2	2	4	4	4	3
9	4	4	4	4	3	3	4	5	5	5	4	3	3	4	4	3
10	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4
11	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	1
12	3	3	3	4	3	4	3	5	4	4	4	2	3	2	2	5
13	3	3	3	3	2	4	3	3	4	4	4	4	4	5	4	4
14	4	2	3	4	4	4	3	5	5	4	4	4	3	3	4	4
15	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3
16	5	3	4	2	2	3	3	3	4	4	5	4	5	3	4	3
17	3	2	3	3	3	3	2	3	4	4	3	4	3	3	2	2
18	4	3	3	4	2	2	3	3	4	5	4	4	3	3	3	3
19	1	2	4	1	2	3	3	3	4	4	2	4	4	5	5	4
20	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3
21	2	3	3	2	3	3	3	5	5	5	4	3	3	2	2	1
22	3	2	3	2	2	2	5	4	5	5	3	2	2	3	4	3
23	5	4	5	5	3	5	4	3	4	4	4	5	5	4	5	4
24	5	3	3	4	3	4	3	4	4	3	5	4	4	4	4	3
25	2	3	2	1	1	2	3	2	4	4	3	4	4	5	5	4
26	2	3	2	3	3	2	2	4	4	4	3	2	3	3	3	2
27	4	3	3	4	2	3	3	3	4	4	4	5	4	3	3	3
28	3	4	3	1	3	2	2	3	4	4	2	3	2	3	3	2
29	3	3	3	3	2	3	2	3	4	4	2	3	3	3	4	3
30	2	2	2	3	3	2	3	3	5	5	2	1	2	4	2	3
31	2	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	2	4	4	2
32	2	3	3	2	2	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3
33	5	2	3	4	2	5	5	3	4	4	5	5	4	4	4	3
34	3	3	3	4	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	4
35	4	3	3	4	5	3	4	3	5	4	5	4	5	3	2	2
36	3	3	3	4	3	4	4	2	3	3	4	4	4	5	5	4
37	3	3	4	2	1	3	2	2	3	3	3	3	4	4	3	2
38	1	3	3	4	3	4	4	5	5	4	5	4	4	4	4	3

39	4	2	2	5	2	3	3	5	5	3	4	3	3	3	5	2
40	5	4	3	4	3	4	3	4	5	4	5	5	3	4	4	4
41	4	3	3	2	2	1	1	4	4	4	4	4	4	4	3	1
42	4	4	4	3	3	4	2	2	3	3	3	4	4	2	3	2
43	1	3	3	2	2	2	3	3	4	4	3	3	2	4	4	3
44	4	3	3	2	2	2	3	4	4	4	3	4	2	2	1	3
45	4	2	3	3	4	2	3	5	4	4	4	4	3	4	4	3
46	2	2	2	1	2	1	2	5	4	4	2	2	1	2	2	2
47	4	3	3	2	2	2	3	5	4	4	4	3	3	4	4	3
48	4	4	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2
49	4	3	3	2	1	3	3	4	4	4	4	3	2	3	4	2
50	4	4	3	2	2	2	3	2	2	4	2	4	4	3	4	2
51	4	3	3	2	1	2	3	3	2	2	2	2	3	1	2	1
52	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	5	4	2

## B. Tabulasi Skor Dukungan Sosial Teman Sebaya

No	TS1	TS2	TS3	TS4	TS5	TS6	TS7	TS8	TS9	TS10	TS11	TS12	TS13	TS14	TS15
1	2	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	5	2	2
3	2	3	3	2	3	4	2	4	5	4	4	4	5	4	4
4	3	2	1	2	5	4	2	2	5	5	5	5	5	5	4
5	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	5	2	2
6	2	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2
7	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1
8	4	4	4	4	5	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4
9	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3
10	2	4	2	4	4	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2
11	2	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1
12	2	2	2	2	4	5	2	4	5	2	2	2	5	2	2
13	2	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	1	2	1
14	4	4	4	2	4	4	2	2	5	4	5	5	5	4	2
15	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	4	2
16	4	5	5	4	4	4	4	4	3	1	4	4	1	1	1
17	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	4	4	2	3
18	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2
19	3	3	3	2	4	4	2	3	2	2	2	2	1	3	2
20	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	4	4	4	3	3
21	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2
22	2	2	4	2	2	1	2	1	3	5	5	5	5	3	3
23	2	4	4	4	2	2	4	2	2	2	2	2	1	2	2
24	2	4	2	2	4	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2
25	2	3	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2
26	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	4	2	4	2	2
27	2	4	3	3	3	3	3	2	4	2	2	3	2	2	2
28	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	2
29	2	2	2	1	5	2	3	3	2	2	3	3	5	4	4
30	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1
31	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	1	1
32	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
33	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2
34	2	3	4	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2
35	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2
36	1	2	2	2	2	2	1	2	4	2	2	2	5	2	2
37	2	4	4	4	2	2	2	2	2	1	2	1	5	2	2
38	2	4	4	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2

39	2	3	4	4	2	2	2	5	4	2	2	1	5	2	2
40	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1
41	4	4	5	4	4	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5
42	2	4	4	2	1	1	1	4	1	1	2	1	1	2	2
43	2	4	2	2	2	4	2	4	4	4	4	2	2	2	2
44	2	1	1	2	2	1	4	2	5	5	5	5	2	4	1
45	4	4	4	2	4	2	4	4	5	5	4	4	5	4	2
46	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2
47	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2
48	2	4	2	2	4	3	2	2	4	2	5	4	2	4	4
49	2	2	4	2	2	2	2	4	4	5	4	4	5	4	4
50	2	5	5	2	4	4	4	2	2	2	5	3	4	4	2
51	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	2	5	2	2
52	2	4	4	4	2	2	4	2	2	2	2	2	5	4	4

**LAMPIRAN 3**

**ANALISIS RELIABILITAS DAN VALIDITAS UJI COBA**

## A. Skala Stres Akademik

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	52	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	52	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,824	16

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
SA1	48,3654	52,040	,334	,822
SA2	48,6154	56,320	,186	,826
SA3	48,5769	54,288	,429	,816
SA4	48,7885	47,503	,658	,798
SA5	49,0385	53,293	,351	,819
SA6	48,6538	48,113	,679	,797
SA7	48,5192	52,607	,445	,814
SA8	48,0962	56,245	,094	,835
SA9	47,6538	53,643	,334	,820
SA10	47,7308	56,397	,160	,827
SA11	48,1538	47,701	,730	,794
SA12	48,2692	48,671	,631	,801
SA13	48,3654	50,864	,518	,809
SA14	48,1538	51,701	,428	,815
SA15	48,1346	51,413	,426	,815
SA16	48,8269	51,793	,431	,814

## B. Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	52	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	52	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,896	15

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
TS1	38,1154	108,026	,656	,888
TS2	37,3654	110,785	,357	,897
TS3	37,4808	107,941	,439	,894
TS4	37,8654	113,844	,267	,899
TS5	37,6538	103,839	,648	,886
TS6	37,8654	107,648	,527	,891
TS7	37,9231	105,719	,625	,887
TS8	37,6731	105,989	,524	,891
TS9	37,5000	101,314	,680	,884
TS10	37,7692	100,142	,692	,884
TS11	37,5192	98,411	,760	,881
TS12	37,7692	99,514	,740	,882
TS13	37,2692	99,848	,499	,896
TS14	37,7692	104,573	,635	,887
TS15	38,1154	106,535	,599	,888

**LAMPIRAN 4**

**SKALA PENELITIAN**

# KUESIONER PENELITIAN



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA  
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**

**2018**



*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Saudara/i yang saya hormati, di tengah kesibukan Saudara/i dalam menjalani aktivitas, perkenankanlah saya untuk belajar banyak dari pengalaman Saudara/i. Belajar mengenai apa yang Saudara/i rasakan, apa yang Saudara/i pikirkan, dan apa yang Saudara/i lakukan dalam kehidupan sehari-hari.

Kuesioner ini diedarkan untuk kepentingan penelitian saya di Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta. Dalam pengisian kuesioner ini tidak ada jawaban yang salah. Hal yang saya harap dan butuhkan adalah kejujuran dan jawaban yang paling mendekati keadaan Saudara/i yang sesungguhnya. Oleh karena itu, saya selaku peneliti mengharapkan Saudara/i bersedia memberikan jawaban sejujurnya tanpa mendiskusikannya dengan orang lain. Semua jawaban akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian saja.

Terimakasih atas kesediaan dan kesungguhan Saudara/i dalam pengisian kuesioner ini. Semoga Allah S.W.T membalas kebaikan Saudara/i sekalian. Aamiin.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Yogyakarta, Mei 2018

Hormat saya,

Miftahul Hidayah

## Identitas Diri

- Nama (boleh inisial) :
- Jenis Kelamin :
- Usia (saat ini) :
- Kelas :
- Jurusan :  IPA  
 IPS  
 Agama  
 Bahasa  
 Lainnya.....
- Ekstrakurikuler yang diikuti :
- Status perkawinan orangtua :  Utuh  
 Bercerai

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya bersedia berpartisipasi secara sukarela untuk menjadi responden dalam penelitian ini, dan jawaban-jawaban yang saya berikan merupakan informasi yang sebenar-benarnya mengenai keadaan diri saya. Demikian pernyataan ini saya buat agar data ini berguna untuk kepentingan penelitian sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Mei 2018

( \_\_\_\_\_ )

## PETUNJUK PENGISIAN

### Bagian I

Berikut terdapat sejumlah pernyataan, Anda dimohon untuk membaca dan memahami secara seksama setiap pernyataan yang ada. Semua jawaban adalah benar sesuai dengan keadaan Anda saat ini. Berikan tanda silang (X) pada kolom jawaban yang Anda anggap paling sesuai dengan diri Anda. Kerjakanlah sesuai nomor urut dan **mohon jangan ada yang terlewati**.

### Contoh pengisian skala:

4. Saya sangat tidak puas dengan nilai-nilai pelajaran sekolah saya

<del>Tidak Pernah</del>	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
-------------------------	--------	---------------	--------	--------

NB: Jika Anda ingin memperbaiki jawaban, Anda cukup membuat tanda sama dengan (=) ditengah – tengah tanda silang.

## ***“Selamat Mengerjakan”***

1. Saya sangat tidak puas dengan nilai-nilai pelajaran sekolah saya.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

2. Saya merasa pekerjaan rumah (PR) saya terlalu banyak.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

3. Pendidikan dan pekerjaan masa depan membuat saya mendapatkan banyak tekanan akademis.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

4. Orangtua saya sangat memperhatikan nilai-nilai pelajaran saya sehingga hal tersebut menjadi beban buat saya.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

5. Saya merasakan banyak tekanan dalam kegiatan belajar sehari-hari.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

6. Saya merasa ada begitu banyak ulangan/ujian di sekolah.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

7. Saya merasa telah mengecewakan orangtua saya ketika nilai ulangan/ujian saya rendah.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

8. Terlalu banyak persaingan di antara teman-teman saya di kelas yang memberi saya banyak tekanan akademis.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

9. Saya selalu kurang percaya diri dengan nilai-nilai pelajaran sekolah saya.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

10. Sulit bagi saya untuk berkonsentrasi selama pelajaran berlangsung.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

11. Saya merasa stres ketika saya tidak bisa memenuhi standar yang sudah saya tetapkan.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

12. Ketika saya gagal memenuhi harapan saya, saya merasa bahwa saya tidak cukup baik.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

13. Saya biasanya tidak bisa tidur karena khawatir tidak bisa memenuhi tujuan-tujuan yang saya tetapkan.

Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
--------------	--------	---------------	--------	--------

## Bagian II

Berikut terdapat sejumlah pernyataan, Anda dimohon untuk membaca dan memahami secara seksama setiap pernyataan yang ada. Semua jawaban adalah benar sesuai dengan keadaan Anda saat ini. Berikan tanda silang (X) pada kolom jawaban yang Anda anggap paling sesuai dengan diri Anda. Kerjakanlah sesuai nomor urut dan **mohon jangan ada yang terlewat!**

### Contoh pengisian skala:

1. Siswa lain menjelaskan kepada saya bagaimana cara menyelesaikan masalah yang spesifik.

<del>Tidak Pernah Sama Sekali</del>	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
-------------------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

NB: Jika Anda ingin memperbaiki jawaban, Anda cukup membuat tanda sama dengan (=) ditengah – tengah tanda silang.

## “Selamat Mengerjakan”

1. Siswa lain menjelaskan kepada saya bagaimana cara menyelesaikan masalah yang spesifik.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

2. Siswa lain menerangkan kepada saya bagaimana cara mengerjakan tugas.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

3. Siswa lain membantu saya mengerjakan tugas.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

4. Siswa lain membantu saya memahami materi pelajaran lebih jelas.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

5. Siswa lain menjelaskan sesuatu dari kelas kepada saya.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

6. Siswa lain membantu saya mendapatkan nilai yang lebih baik dalam tugas.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

7. Siswa lain membantu saya menaikkan kepercayaan diri saya di sekolah.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

8. Siswa lain membuat saya merasa lebih baik di sekolah.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

9. Siswa lain meningkatkan harga diri saya melalui dukungan yang berkaitan dengan akademik.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

10. Siswa lain mendorong saya untuk belajar.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

11. Siswa lain membantu saya tetap fokus pada tugas sekolah saya.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

12. Siswa lain memastikan saya masuk kelas.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

13. Siswa lain mendengarkan keluh kesah saya tentang pelajaran yang membuat saya frustrasi.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

14. Siswa lain mendengarkan keluh kesah saya tentang guru yang membuat saya frustrasi.

Tidak Pernah Sama Sekali	Satu atau dua kali	Sekitar Satu Kali Setiap Minggu	Beberapa Kali Setiap Minggu	Setiap Hari
--------------------------	--------------------	---------------------------------	-----------------------------	-------------

**“Terima Kasih”**

**LAMPIRAN 5**

**TABULASI DATA PENELITIAN**

### A. Tabulasi Data Skor Stres Akademik

No	SA1	SA2	SA3	SA4	SA5	SA6	SA7	SA8	SA9	SA10	SA11	SA12	SA13	
1	1	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	2	2	
2	2	3	2	1	2	4	4	4	3	2	2	2	2	
3	1	1	2	2	2	2	5	3	3	2	2	4	2	
4	3	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	3	4	1
5	4	4	3	1	3	3	5	3	3	4	3	4	4	1
6	3	3	3	2	4	4	5	4	4	3	3	4	4	2
7	3	3	1	2	2	4	4	4	4	3	5	4	4	1
8	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2
9	2	4	2	2	2	4	4	4	3	5	3	4	4	4
10	3	4	1	3	3	4	1	1	3	1	3	5	5	3
11	2	3	2	3	2	2	4	2	1	2	3	4	4	2
12	3	3	2	2	2	3	2	4	3	5	4	4	4	2
13	3	3	1	2	3	3	4	2	2	3	3	3	3	2
14	1	5	1	3	3	4	2	2	3	4	2	4	4	1
15	2	3	1	1	2	3	5	2	2	3	5	5	5	4
16	2	4	3	1	3	4	5	4	3	3	1	1	1	5
17	2	3	2	2	2	4	4	3	3	2	4	4	4	2
18	3	4	3	2	2	2	5	2	3	4	5	5	5	3
19	1	3	4	3	3	3	5	5	4	4	4	4	4	3
20	2	3	3	3	2	4	4	2	3	2	4	4	4	4
21	4	4	2	3	3	3	5	3	4	4	5	4	4	3
22	2	3	1	1	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2
23	2	3	2	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2
24	1	3	1	1	1	1	5	3	2	1	4	4	4	2
25	3	3	2	3	1	3	3	3	2	3	4	4	4	3
26	3	3	3	1	3	3	5	3	1	4	2	2	2	1
27	4	2	2	3	2	3	4	4	2	2	1	3	3	2
28	2	2	1	3	2	3	5	3	3	3	4	4	4	2
29	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	3	3	1
30	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	1
31	4	4	3	2	4	4	3	4	2	3	4	3	3	3
32	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	2	2	1
33	4	4	4	3	3	4	2	4	3	3	3	4	4	1
34	2	3	2	1	2	3	5	2	3	2	4	3	3	5
35	3	3	2	2	3	2	4	3	4	3	2	1	1	2
36	4	5	4	1	5	3	5	5	4	2	4	5	5	5
37	5	3	2	1	2	5	5	4	4	3	4	4	4	5
38	1	3	2	1	2	3	4	5	4	2	2	4	4	2

39	2	4	4	3	2	4	5	4	4	4	2	2	1
40	2	3	2	1	3	3	5	2	3	2	2	4	2
41	3	3	2	1	3	3	3	3	3	4	4	4	3
42	3	5	3	1	4	4	4	5	4	3	4	4	3
43	4	3	3	4	1	2	4	5	3	3	3	3	3
44	5	4	1	5	5	3	5	4	5	3	5	5	4
45	2	2	1	1	2	2	5	2	1	3	4	4	2
46	2	3	2	1	2	3	5	3	2	2	3	3	2
47	4	3	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3
48	1	3	1	3	3	3	5	3	3	3	4	4	3
49	2	3	2	2	3	3	4	3	2	3	4	4	3
50	2	3	1	1	3	5	1	2	3	3	5	5	4
51	2	2	2	3	1	3	4	3	2	2	3	4	3
52	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3
53	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4
54	3	3	3	2	4	3	4	4	4	4	5	4	4
55	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	3	3	3
56	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	2	2
57	4	3	4	2	2	3	4	4	4	3	3	3	3
58	1	4	1	2	3	3	4	2	4	4	5	5	4
59	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3
60	2	3	2	3	3	3	5	4	3	3	2	2	1
61	3	3	2	2	2	5	5	3	2	2	3	4	3
62	5	5	5	3	5	4	4	4	5	5	4	5	4
63	5	3	4	3	4	3	4	5	4	4	4	4	3
64	2	2	1	1	2	3	4	3	4	4	5	5	4
65	2	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	4	2
66	5	3	4	2	5	5	4	5	5	4	4	4	3
67	3	3	4	3	5	5	5	4	5	5	5	4	4
68	4	3	4	5	3	4	5	5	4	5	3	2	2
69	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	5	5	4
70	4	2	5	2	3	3	5	4	3	3	3	5	2
71	5	3	4	3	4	3	5	5	5	3	4	4	4
72	4	3	2	2	2	3	4	3	4	2	2	1	3
73	4	3	2	2	2	3	4	4	3	3	4	4	3
74	4	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	2
75	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	5	4	2
76	2	3	3	3	2	2	4	2	2	2	2	2	1
77	2	3	2	3	3	2	4	3	2	3	3	2	3
78	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2
79	4	3	5	4	3	4	5	4	4	5	3	4	2

80	4	3	2	1	3	3	5	4	4	4	4	4	3
81	4	2	2	4	1	1	5	4	4	3	4	5	4
82	2	3	2	4	2	3	4	2	2	2	2	3	2
83	2	3	2	1	2	3	4	2	2	2	2	4	3
84	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4
85	4	4	2	2	3	3	5	3	3	4	4	3	3
86	5	3	2	4	5	2	5	5	4	4	5	5	1
87	4	3	2	3	2	4	5	5	4	1	4	4	4
88	4	3	3	2	3	4	5	4	4	3	3	4	3
89	4	3	3	2	3	4	4	3	2	3	2	3	2
90	3	3	2	1	1	3	5	2	2	1	2	3	1
91	3	4	2	1	3	2	3	3	3	4	4	3	2
92	1	3	4	3	4	4	5	5	4	4	4	4	3
93	4	3	2	2	1	1	4	4	4	4	4	3	1
94	1	3	2	2	2	3	4	3	3	2	4	4	3
95	4	3	3	4	2	3	4	4	4	3	4	4	3
96	4	3	5	5	5	3	5	5	4	4	3	4	5
97	4	3	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	1
98	3	3	3	2	4	4	5	4	4	3	3	4	2
99	4	4	2	3	3	3	5	3	4	4	5	4	3
100	2	3	1	1	2	3	4	2	2	2	2	2	2

## B. Tabulasi Data Skor Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

No	TS1	TS2	TS3	TS4	TS5	TS6	TS7	TS8	TS9	TS10	TS11	TS12	TS13	TS14
1	2	3	5	3	3	3	4	3	4	5	3	5	5	5
2	2	4	5	4	4	3	2	4	2	2	2	4	1	5
3	4	5	5	5	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4
4	4	2	5	3	2	4	2	3	2	3	2	5	3	2
5	2	4	4	4	2	4	2	5	2	2	2	5	4	4
6	2	4	4	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2
7	2	4	2	4	2	4	4	2	2	3	2	4	4	4
8	2	4	4	4	4	2	2	2	4	4	4	4	2	2
9	2	4	4	2	2	2	2	1	2	2	4	2	4	1
10	2	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	1	5	5
11	2	4	2	3	4	2	4	5	3	3	2	3	3	3
12	2	5	4	4	2	3	2	2	3	3	3	2	5	5
13	4	5	5	4	2	4	5	2	2	2	2	2	5	5
14	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	1	1
15	3	2	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5
16	2	5	4	1	2	2	3	2	4	4	2	2	1	2
17	2	3	3	3	3	2	2	4	2	2	2	5	3	3
18	2	4	4	4	2	2	4	2	2	2	1	2	4	3
19	4	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2
20	2	4	2	2	4	2	2	5	2	2	1	2	2	2
21	2	2	2	2	2	2	2	5	2	4	2	1	4	2
22	5	4	2	4	4	2	4	2	4	5	5	5	4	2
23	2	2	2	4	2	3	2	2	2	4	4	5	3	4
24	3	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	4	5	5
25	2	3	2	3	4	5	5	2	2	3	2	5	4	5
26	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	5
27	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4
28	5	2	2	2	2	2	5	5	5	5	5	2	2	5
29	2	2	2	3	2	2	4	2	5	5	4	5	2	2
30	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	5	4	4
31	2	5	5	4	2	2	2	2	4	2	1	2	3	3
32	2	2	4	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2
33	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	1	2	5	4
34	4	4	3	4	5	4	4	2	3	5	4	5	5	5
35	3	4	4	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5
36	2	2	2	2	2	5	3	2	2	3	3	3	4	3
37	5	5	5	2	2	2	4	2	1	5	5	2	5	5
38	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5

39	2	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4
40	4	5	5	4	4	4	2	5	3	4	4	3	5	5
41	2	4	3	4	4	3	2	4	2	2	2	1	2	2
42	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4
43	2	2	2	4	2	5	5	1	2	2	2	2	3	2
44	4	4	4	2	3	2	2	2	5	2	2	1	2	5
45	2	4	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5
46	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
47	2	4	4	4	3	5	2	5	2	5	4	4	4	4
48	4	3	4	2	3	2	3	2	3	3	2	3	4	4
49	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4
50	3	2	1	5	4	2	2	5	5	5	5	5	5	4
51	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	5	2	2
52	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2
53	2	4	2	4	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2
54	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	2	1	2	1
55	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	4	2
56	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	4	4	2	3
57	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2
58	3	3	3	4	4	2	3	2	2	2	2	1	3	2
59	3	3	2	3	3	2	4	3	3	4	4	4	3	3
60	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2
61	2	2	4	2	1	2	1	3	5	5	5	5	3	3
62	2	4	4	2	2	4	2	2	2	2	2	1	2	2
63	2	4	2	4	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2
64	2	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2
65	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	1	1
66	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2
67	2	3	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2
68	1	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2
69	1	2	2	2	2	1	2	4	2	2	2	5	2	2
70	2	3	4	2	2	2	5	4	2	2	1	5	2	2
71	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1
72	2	1	1	2	1	4	2	5	5	5	5	2	4	1
73	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2
74	2	4	2	4	3	2	2	4	2	5	4	2	4	4
75	2	4	4	2	2	4	2	2	2	2	2	5	4	4
76	3	4	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2
77	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	5	2	2
78	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4
79	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5

80	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2
81	3	4	4	4	3	4	5	5	4	5	4	3	2	1
82	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	5	5
83	2	2	3	2	2	2	1	1	2	5	5	1	2	2
84	4	4	4	3	2	4	4	4	4	5	4	5	5	5
85	2	2	2	5	5	2	5	5	5	5	5	1	2	2
86	4	2	5	5	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5
87	4	4	4	2	5	2	5	5	5	5	5	5	2	2
88	4	5	5	5	5	5	5	5	2	5	4	2	4	4
89	4	5	5	5	4	4	2	2	4	4	4	2	5	5
90	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2
91	4	4	4	4	5	3	4	5	4	2	3	5	2	2
92	2	3	3	2	1	2	4	3	2	2	2	1	2	2
93	4	4	5	4	4	4	4	4	3	3	3	5	1	1
94	4	4	4	4	5	3	4	4	4	4	4	5	2	2
95	4	5	5	4	4	4	4	3	1	4	4	1	1	1
96	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	3	1	1
97	4	4	4	4	5	4	5	5	5	3	4	5	2	2
98	2	4	4	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2
99	4	4	4	4	4	2	2	5	4	5	5	5	4	2
100	4	4	4	5	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4

**LAMPIRAN 6**  
**DESKRIPSI STATISTIK**

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Stres Akademik	100	28	58	40,63	6,777
Dukungan Sosial Teman Sebaya	100	21	69	43,79	12,085
Valid N (listwise)	100				

**LAMPIRAN 7**  
**HIPOTETIK**

### A. Stres Akademik

Jumlah aitem : 13

Nilai Skala : *Favorable*

Sangat Sesuai : 5

Sesuai : 4

Netral : 3

Tidak Sesuai : 2

Sangat Tidak Sesuai : 1

Skor Maksimal = Jumlah aitem x skor maksimal

$$= 13 \times 5$$

$$= 65$$

Skor Minimal = Jumlah aitem x skor minimal

$$= 13 \times 1$$

$$= 13$$

Mean Hipotetik =  $\frac{(\text{jumlah aitem} \cdot \text{skor maksimal}) + (\text{jumlah aitem} \cdot \text{skor minimal})}{2}$

$$= \frac{65+13}{2}$$

$$= 39$$

SD Hipotetik =  $\frac{(\text{jumlah aitem} \cdot \text{skor maksimal}) - (\text{jumlah aitem} \cdot \text{skor minimal})}{6}$

$$= \frac{65-13}{6}$$

$$= 8,67$$

Kategorisasi

Sangat Rendah	$X < (\mu - 1.8\sigma)$
Rendah	$(\mu - 1.8\sigma) \leq X < (\mu - 0.6\sigma)$
Sedang	$(\mu - 0.6\sigma) \leq X < (\mu + 0.6\sigma)$
Tinggi	$(\mu + 0.6\sigma) \leq X < (\mu + 1.8\sigma)$
Sangat Tinggi	$X \geq (\mu + 1.8\sigma)$

Sangat Rendah

$$= X < (\mu - 1.8\sigma)$$

$$= X < (39 - 1.8 (8,67))$$

$$= X < (39 - 15,606)$$

$$= X < 23,394$$

Rendah

$$= (\mu - 1.8\sigma) \leq X < (\mu - 0.6\sigma)$$

$$= (39 - 1.8 (8,67)) \leq X < (39 - 0.6 (8,67))$$

$$= (39 - 15,606) \leq X < (39 - 5,202)$$

$$= 23,394 \leq X < 33,798$$

Sedang

$$= (\mu - 0.6\sigma) \leq X < (\mu + 0.6\sigma)$$

$$= (39 - 0.6 (8,67)) \leq X < (39 + 0.6 (8,67))$$

$$= (39 - 5,202) \leq X < (39 + 5,202)$$

$$= 33,798 \leq X < 44,202$$

Tinggi

$$= (\mu + 0.6\sigma) \leq X < (\mu + 1.8\sigma)$$

$$= (39 + 0.6 (8,67)) \leq X < (39 + 1.8 (8,67))$$

$$= (39 + 5,202) \leq X < (39 + 15,606)$$

$$= 44,202 \leq X < 54,606$$

Sangat Tinggi

$$= X \geq (\mu + 1.8\sigma)$$

$$= X \geq (39 + 1.8 (8,67))$$

$$= X \geq (39 + 15,606)$$

$$= X \geq 54,606$$

### B. Dukungan Sosial Teman Sebaya

Jumlah aitem : 14

Nilai Skala : *Favorable*

Tidak Pernah Sama Sekali : 5

Satu atau Dua Kali : 4

Sekitar Satu Kali Setiap Minggu : 3

Beberapa Kali Setiap Minggu : 2

Setiap Hari : 1

Skor Maksimal = Jumlah aitem x skor maksimal

$$= 14 \times 5$$

$$= 70$$

Skor Minimal = Jumlah aitem x skor minimal

$$= 14 \times 1$$

$$= 14$$

Mean Hipotetik =

$$\frac{(\text{jumlah aitem} \cdot \text{skor maksimal}) + (\text{jumlah aitem} \cdot \text{skor minimal})}{2}$$

$$= \frac{70+14}{2}$$

$$= 42$$

SD Hipotetik =  $\frac{(\text{jumlah aitem} \cdot \text{skor maksimal}) - (\text{jumlah aitem} \cdot \text{skor minimal})}{6}$

$$= \frac{70-14}{6}$$

$$= 9,34$$

### Kategorisasi

Sangat Rendah	$X < (\mu - 1.8\sigma)$
Rendah	$(\mu - 1.8\sigma) \leq X < (\mu - 0.6\sigma)$
Sedang	$(\mu - 0.6\sigma) \leq X < (\mu + 0.6\sigma)$
Tinggi	$(\mu + 0.6\sigma) \leq X < (\mu + 1.8\sigma)$
Sangat Tinggi	$X \geq (\mu + 1.8\sigma)$

Sangat Rendah =  $X < (\mu - 1.8\sigma)$

=  $X < (42 - 1.8(9,34))$

=  $X < (42 - 16,812)$

=  $X < 25,188$

Rendah =  $(\mu - 1.8\sigma) \leq X < (\mu - 0.6\sigma)$

=  $(42 - 1.8(9,34)) \leq X < (42 - 0.6(9,34))$

=  $(42 - 16,812) \leq X < (42 - 5,604)$

=  $25,188 \leq X < 36,396$

Sedang =  $(\mu - 0.6\sigma) \leq X < (\mu + 0.6\sigma)$

=  $(42 - 0.6(9,34)) \leq X < (42 + 0.6(9,34))$

=  $42 - 5,604 \leq X < 42 + 5,604$

=  $36,396 \leq X < 47,604$

Tinggi =  $(\mu + 0.6\sigma) \leq X < (\mu + 1.8\sigma)$

=  $(42 + 0.6(9,34)) \leq X < (42 + 1.8(9,34))$

=  $42 + 5,604 \leq X < 42 + 16,812$

=  $47,604 \leq X < 58,812$

Sangat Tinggi =  $X \geq (\mu + 1.8\sigma)$

$$= X \geq (42 + 1.8 (9,34))$$

$$= X \geq 42 + 16,812$$

$$= X \geq 58,812$$

**LAMPIRAN 8**

**UJI ASUMSI**

## A. Uji Normalitas

**Tests of Normality**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
TOTAL_SA	,067	100	,200*	,984	100	,280
TOTAL_TS	,084	100	,078	,974	100	,043

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

## B. Uji Linearitas

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
TOTAL_SA *	Between	(Combined)	2372,310	42	56,484	1,480	,084
TOTAL_TS	Groups	Linearity	656,010	1	656,010	17,192	,000
		Deviation from Linearity	1716,300	41	41,861	1,097	,369
Within Groups			2175,000	57	38,158		
Total			4547,310	99			

**LAMPIRAN 9**  
**UJI HIPOTESIS**

**Correlations**

		TOTAL_SA	TOTAL_TS
TOTAL_SA	Pearson Correlation	1	-,380**
	Sig. (1-tailed)		,000
	N	100	100
TOTAL_TS	Pearson Correlation	-,380**	1
	Sig. (1-tailed)	,000	
	N	100	100

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

**LAMPIRAN 10**  
**ANALISIS TAMBAHAN**

**A. Uji Korelasi Aspek Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Variabel Stres Akademik**

		<b>Correlations</b>				
		Stres Akademik	Informational Support	Esteem Support	Motivational Support	Venting Support
Stres Akademik	Pearson Correlation	1	-,563**	-,575**	-,587**	-,413**
	Sig. (1-tailed)		,000	,000	,000	,000
	N	100	100	100	100	100
Informational Support	Pearson Correlation	-,563**	1	,634**	,541**	,536**
	Sig. (1-tailed)	,000		,000	,000	,000
	N	100	100	100	100	100
Esteem Support	Pearson Correlation	-,575**	,634**	1	,678**	,420**
	Sig. (1-tailed)	,000	,000		,000	,000
	N	100	100	100	100	100
Motivational Support	Pearson Correlation	-,587**	,541**	,678**	1	,508**
	Sig. (1-tailed)	,000	,000	,000		,000
	N	100	100	100	100	100
Venting Support	Pearson Correlation	-,413**	,536**	,420**	,508**	1
	Sig. (1-tailed)	,000	,000	,000	,000	
	N	100	100	100	100	100

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

**B. Uji Korelasi antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Stres Akademik berdasarkan Jenis Kelamin**

1) Perempuan

**Correlations**

			SA_PR	DS_PR
Spearman's rho	SA_PR	Correlation Coefficient	1,000	-,642**
		Sig. (1-tailed)	.	,000
		N	75	75
	DS_PR	Correlation Coefficient	-,642**	1,000
		Sig. (1-tailed)	,000	.
		N	75	75

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

2) Laki-laki

3)

**Correlations**

			SA_LK	DS_LK
Spearman's rho	SA_LK	Correlation Coefficient	1,000	-,440*
		Sig. (1-tailed)	.	,014
		N	25	25
	DS_LK	Correlation Coefficient	-,440*	1,000
		Sig. (1-tailed)	,014	.
		N	25	25

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (1-tailed).

**LAMPIRAN 11**  
**SURAT IZIN PENELITIAN**



**UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA**  
Program Studi Psikologi (S1) Program Studi Ilmu Komunikasi (S1) Program Pendidikan Bahasa Inggris (S1)  
Program Studi Hubungan Internasional (S1) Program Magister Profesi Psikologi (S2)

Tanggal : 26 April 2018  
Nomor : 307 / Dek / 70 / Div. Um. RT / 14 / 2018  
Hal : Permohonan Ijin Pengambilan Data untuk Skripsi  
Kepada Yth.  
Kepala Sekolah SMA IT Bina Umat Yogyakarta

*Assalamualaikum Wr. Wb*

Dalam rangka mempersiapkan mahasiswa untuk menempuh ujian, bagi setiap mahasiswa diwajibkan membuat skripsi/tugas akhir.

Sehubungan dengan hal tersebut di atas diperlukan data, baik dari Instansi Pemerintah, Badan Usaha Milik Negara, Perusahaan Swasta dan Lembaga maupun individu. Selanjutnya kami mohon ijin penelitian/pengambilan data mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia tersebut dibawah ini :

Nama : **Miftahul Hidayah**  
Nomor Mahasiswa : **13320249**  
Judul Skripsi : **HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN STRES AKADEMIK PADA SISWA SMA BOARDING SCHOOL**

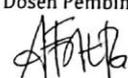
Demikian permohonan kami, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu/Saudara/i kami ucapkan terimakasih.

*Wassalamualaikum Wr. Wb*

Dekan,

  
Dr. rer. nat. Arief Fathmie, S.Psi., MA., Psikolog

Dosen Pembimbing,

  
Fitri Ayu Kusumaningrum,,S.Psi.,MA



**UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA**

Program Studi Psikologi (S1), Program Studi Ilmu Komunikasi (S1), Program Pendidikan Bahasa Inggris (S1),  
Program Studi Hubungan Internasional (S1), Program Magister Profesi Psikologi (S2)

Tanggal : 27 April 2018  
Nomor : 36 / Dek / 70/Div.Um.RT / IV / 2018  
Hal : Permohonan Ijin Pengambilan Data untuk Skripsi  
Kepada Yth.  
Kepala Sekolah Muhammadiyah Boarding School

*Assalamualaikum Wr. Wb*

Dalam rangka mempersiapkan mahasiswa untuk menempuh ujian, bagi setiap mahasiswa diwajibkan membuat skripsi/tugas akhir.

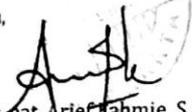
Sehubungan dengan hal tersebut di atas diperlukan data, baik dari Instansi Pemerintah, Badan Usaha Milik Negara, Perusahaan Swasta dan Lembaga maupun individu. Selanjutnya kami mohon ijin penelitian/pengambilan data mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia tersebut dibawah ini :

Nama : **Miftahul Hidayah**  
Nomor Mahasiswa : **13320249**  
Judul Skripsi : **HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN STRES AKADEMIK PADA SISWA SMA BOARDING SCHOOL**

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu/Saudara/i kami ucapkan terimakasih.

*Wassalamualaikum Wr. Wb*

Dekan,

  
Dr. rer. nat. Arief Fahmie, S.Psi., MA., Psikolog

Dosen Pembimbing,

  
Fitri Ayu Kusumaningrum, S.Psi., MA

**LAMPIRAN 12**  
**SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN**



**YAYASAN BINA UMAT MULIA**  
**SEKOLAH MENENGAH ATAS**  
**SMA ISLAM TERPADU BINA UMAT**

Alamat : Setran, Sumberarum, Moyudan, Sleman, Yogyakarta, Kode Pos 55563 Telp. 08 11 2655 377, website : www.binaumat.com

**SURAT KETERANGAN**

**NOMOR : 422/372**

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Widi Sumarahati, S.Pd

Jabatan : Kepala Sekolah

Menerangkan bahwa :

Nama Mahasiswa : MIFTAHUL HIDAYAH  
Nomor Mahasiswa : 13320249  
Fakultas : Pendidikan dan Perkembangan  
Jurusan / Program Studi : Psikologi, Universitas Islam Indonesia  
Waktu Penelitian : 30 April – 01 Mei 2018  
Topik Disertasi : “ Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Stres Akademik pada Siswa SMA Boarding School ”

Telah melaksanakan Penelitian sebagai syarat Skripsi bagi mahasiswa Program Studi S1 Psikologi Universitas Islam Indonesia.

Demikian surat keterangan ini dibuat, untuk dapat dipergunakan sebaik-baiknya.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Moyudan, 28 Juni 2018  
Kepala Sekolah  
  
Widi Sumarahati, S.Pd  
NIP.-



**PIMPINAN WILAYAH MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA  
MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH  
SMA MUHAMMADIYAH BOARDING SCHOOL  
SMA MBS SLEMAN YOGYAKARTA  
TERAKREDITASI : A**

Alamat : Jl. Piyungan Km 2 Marangan, Bokoharjo, Prambanan, Sleman, Yogyakarta 55572  
Telp. 08112632008 HP : 081392016484. email : mbs\_yogya@yahoo.com

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 203/SMA-KET/III.AU/V/2018

Yang bertandatangan di bawah ini :

**Nama** : Didik Riyanta, S.Sos.I  
**NBM** : 865 863  
**Jabatan** : Kepala SMA MBS Sleman Yogyakarta

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa berikut ini :

**Nama** : Miftahul Hidayah  
**NIM** : 13320249  
**Prodi** : Psikologi  
**Perguruan Tinggi** : Universitas Islam Indonesia

Yang bersangkutan telah melakukan Penelitian di PPM Muhammadiyah Boarding School Prambanan Sleman pada hari Selasa, 29 Mei 2018, dengan judul : **Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Stress Akademik pada Siswa SMA Boarding School.**

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sleman, 07 Juni 2018  
Kepala Sekolah



[www.muhammadiyahboarding.sch.id](http://www.muhammadiyahboarding.sch.id)